



# Programme de juillet août 2026

 Cet été, on adapte les horaires !

Cité des familles		
Jour	Matin	Après-midi
Lundi	8 h 30 à 12 h 00	13 h 00 à 15 h 30
Mardi	Fermée	13 h 00 à 15 h 30
Mercredi	8 h 30 à 12 h 00	13 h 00 à 15 h 30
Jeudi	8 h 30 à 12 h 00	13 h 00 à 15 h 30
Vendredi	8 h 30 à 12 h 00	13 h 00 à 15 h 30

La Cité  
des familles

Bourgoin-Jallieu

**Jeux sur place**  
Gratuit - sans inscription

**Prêt de jeux**  
Adhésion annuelle de 5 €

Ludothèque		
Jour	Matin	Après-midi
Mardi		13 h 00 à 15 h 30
Mercredi	8 h 30 à 12 h 00	13 h 00 à 15 h 30
Jeudi	8 h 30 à 12 h 00	13 h 00 à 15 h 30

**Fermeture exceptionnelle**  
**le 13 juillet et le 16 juillet après-midi**

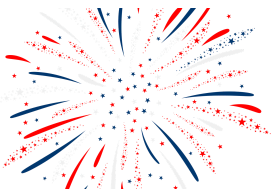


Suivez-nous : Cité des familles Bourgoin



La Cité des familles | tél. 04 74 43 63 70 | caf.fr  
45 avenue Maréchal Leclerc - 38300 Bourgoin-Jallieu  
caf38-BP-Citedesfamilles-bourgoin@caf38.caf.fr





# Juillet



- Fleurs au potager PAILL'ERRE

**Mercredi 22 juillet de 9 h 30 à 14 h 30**

Dégustation et cuisine de fleurs comestibles (type beignets de fleurs de courgettes, salades ou biscuits aux pétales de fleurs) et autres activités de jardinage suivies d'un repas partagé avec les familles.

**Gratuit - sur inscription - RDV sur place - pas de poussette - à partir de 4 ans**

- Atelier linogravure au musée de Bourgoin-Jallieu

**Mercredi 22 juillet de 14 h 30 à 16 h 00**

Les planches d'impression conservées au musée permettaient d'embellir les tissus et les vêtements. A ton tour, accompagné de ton parent, crée ta propre gravure pour imprimer ton motif à l'infini !

**1€ par personne - sur inscription - à partir de 4 ans - RDV sur place**

- Kangatraining © (mamans et bébés)

**Jeudi 23 juillet de 9 h 15 à 10 h 30**

Vous avez aimé cette belle expérience partagée avec votre bébé ? Danser, bouger, rire et ressentir des muscles oubliés... Alors retrouvez cette parenthèse sportive et de complicité entre mamans, pleine de bonne humeur et de doux efforts, où se créent de précieux souvenirs avec bébé.

Animé par une professionnelle.

**1€ par personne - sur inscription - réservé aux mamans déjà initiées**

- Parents en cuisine : À vos tabliers !

**Jeudi 23 juillet de 9 h 00 à 11 h 00**

L'occasion idéale pour se retrouver entre parents, partager des astuces, explorer de nouvelles recettes... Et surtout savourer un bon moment ensemble en cuisinant !

**1€ par personne - sur inscription - sans enfant**

## • Découverte des espaces naturels sensibles

Vendredi 24 juillet de 9 h 30 à 14 h 30

Découvrez l'Espace Naturel Sensible de Saint-Savin. Une occasion de balade calme autour de nombreuses espèces végétales et animales dans un cadre rafraîchissant et ombragé. Animations suivies d'un pique-nique.

Prévoir chapeaux, boisson, pique-nique et équipements adaptés à la météo.

**Gratuit - sur inscription - à partir de 2 ans - RDV Les ruisseaux de St Savin**

## • Atelier théâtre parents/enfants

Jeudi 30 juillet de 10 h 00 à 12 h 00

Profitez d'un moment de complicité et de rires avec des jeux d'expression et d'improvisation. Un atelier simple et léger pour créer des souvenirs mémorables ! Le théâtre devient un moyen de partager des moments joyeux.

**Gratuit - sur inscription - à partir de 6 ans**



# A o û t



## • Parents et enfants en cuisine : À vos tabliers !

Lundi 17 août de 9 h 00 à 11 h 00

L'occasion idéale pour se retrouver en famille autour d'une recette d'été. Et surtout savourer un bon moment ensemble en cuisinant !

**1€ par personne - sur inscription - à partir de 6 ans**

## • Découverte des espaces naturels sensibles

Jeudi 20 août de 9 h 30 à 14 h 30

L'Espace Naturel Sensible de l'étang de Gôle est un refuge pour des espèces protégées telles que la tortue cistude, de nombreuses plantes, oiseaux et libellules. En nous promenant le long des berges de l'étang et à la lisière de la forêt, nous pourrons observer la faune et la flore locale tout en profitant des paysages, riches en nature et en histoire. Animations suivies d'un pique-nique.

Prévoir chapeaux, boisson, pique-nique et équipements adaptés à la météo.

**Gratuit - sur inscription - à partir de 2 ans - RDV étang de Gôle à Montcarra**

# Permanences

- Juriste CiDFF - Les jeudis de 13 h 30 à 15 h 30
- Psychologue - Lundi 6 juillet de 13 h 00 à 16 h 00

**Gratuit - sur rendez-vous**

## • Groupe de parents "A tâtons les petits petons"

**Mercredi 1er juillet entre 9 h 00 et 11 h 15**

Vous souhaitez rejoindre ce groupe de parents ? Venez échanger sereinement sur les joies et les difficultés de votre quotidien, tout en permettant aux enfants de se rencontrer. Si vous cherchez votre rythme et votre équilibre, rejoignez-nous en toute confiance et sans engagement !

**Renseignements et inscriptions auprès de [florinechardonnet@live.fr](mailto:florinechardonnet@live.fr)**

## • Jumeaux et plus



**Jeudi 2 juillet entre 9 h 00 et 11 h 30**

Un temps de parole, d'échange et de rencontre, pour les parents et futurs parents de jumeaux, triplés ou plus, avec l'association Jumeaux et plus, ADF38 et la Cité des familles.

**Gratuit - sur inscription - à la Cité des familles ou [contact@jumeauxetplus38.fr](mailto:contact@jumeauxetplus38.fr)**

# Actions et ateliers

## • Massage bébé

**Les mardis de 14 h 00 à 15 h 30**

**Les vendredis de juillet de 9 h 30 à 11 h 00**

**A la Cité des familles**



**Le vendredi 3 juillet de 9 h 30 à 11 h 00**

**A la clinique Saint-Vincent-de-Paul au 04 74 43 60 60**

Partagez un moment de détente et de bien-être avec votre enfant, en découvrant ses bienfaits et les gestes appropriés.

Avec l'intervention d'une professionnelle.

**Gratuit - sur inscription**