



Hérouville Saint-Clair

du 7 juillet 2025

**PROGRAMME
DES LOISIRS
FAMILIAUX
DE PROXIMITÉ**

au 29 août 2025

INSCRIPTIONS LFP

- Vendredi 04 juillet
- Vendredi 18 juillet
- Vendredi 1^{er} août
- Jeudi 14 août
à partir de 9 h

PROFITEZ DE VOS VACANCES !



Centre socio-culturel Caf
202, boulevard des Belles Portes
14200 Hérouville Saint-Clair
02 31 95 83 00

VENDREDI 4 JUILLET

9 h : **Inscriptions pour la période du 7 au 18 juillet.**

DU 7 AU 11 JUILLET

LUNDI 7

Terrasse du Centre.

(à retrouver tous les lundis).

Venez profiter d'un moment de détente en famille sur la terrasse du Centre, un espace convivial ouvert à tous où vous pourrez savourer des boissons fraîches et des gourmandises en profitant de diverses animations au rythme des journées ensoleillées.

Sans inscription : Ouverture toute la journée.

14 h : Animation fabrication de cerf-volant.

Rendez-vous pour une activité ludique et créative.

Rendez-vous à 14 h au Centre.

A partir de 5 ans - Gratuit.



MARDI 8

14 h : Bricolage en Famille à la Boutique Habitat.

«Participez à un atelier bricolage de création de cadres personnalisés».

Rendez-vous à 14 h à la Boutique Habitat.

A partir de 6 ans - Gratuit.

MERCREDI 9

9 h 30 : Sortie au Festival Récidives de Dives/Mer et Plage d'Houlgate.

Spectacle de rue «Houl» à 11 h 30.

Après midi plage à Houlgate.

. Prévoir pique-nique, casquette, tenue de change, crème solaire.

Rendez-vous à 9 h 30 au Centre.

Pour toute la famille.

Tarif : 2€/enfant - 4 €/adulte.

JEUDI 10

Tout
petits

10 h : Activité relaxation, yoga parents-enfants.

Laissez-vous guider avec bébé par Camille qui vous accompagnera vers la relaxation, un instant suspendu dans le temps au rythme des postures de yoga.

Rendez-vous à 10 h au Centre.

Activité bébé : pour les 1-5 ans - Gratuit.

Ados

13 h 30 : Initiation Tir à l'Arc ou Kayac au Domaine Beauregard.

Rendez-vous pour une expérience sportive en famille. Venez découvrir les bases du Tir à l'arc ou embarquez pour une aventure aquatique en Kayac.

Inscrivez-vous à l'activité de votre choix.

Conditions pour le Kayac : savoir nager.

Rendez-vous à 13 h 30 sur place à la base de kayak du domaine Beauregard.

A partir de 11 ans - Tarif : 2€/personne.



VENDREDI 11

14 h : Retrouvez les «Escapes Estivales» au Quartier Grand Parc.

Toute la programmation des Escapes Estivales sur www.herouville.net

DU 15 AU 18 JUILLET

MARDI 15

Terrasse du Centre.

14 h : Animation «Crêpes Party» sur la Terrasse pour un moment de gourmandise et de bonne humeur !

Sans inscription : Ouverture toute la journée.

Gratuit.

Tout
petits

MERCREDI 16

10 h : «Activité Patauge autour de l'eau».

«Les piscines du Centre font leur grand retour pour une matinée patauge autour de l'eau».

. Prévoir maillot de bain ou couche adaptée à l'eau.

. Prévoir serviette de bain et casquette.

Rendez-vous à 10 h au Centre.

De 0 à 3 ans - Gratuit.

JEUDI 17

8 h 50 : Grande sortie aux ruchers de la Bruyère & détente au bord du lac de Rabodanges.

«Partez à la découverte des abeilles et du miel des ruchers de la Bruyère. Apprenez tous les secrets de la fabrication du miel lors d'une animation ludique et gourmande. Vous pourrez également profiter en famille du lac de Rabodanges, situé à proximité des ruches.

. Prévoir pique-nique, casquette et crème solaire.

Possibilité de baignade surveillée au lac.

Rendez-vous à 8 h 50 au Centre.

2€/enfant - 4€/adulte.



VENDREDI 18 JUILLET

9 h : Inscriptions pour la période du 21 juillet au 1^{er} août.

14 h : Retrouvez les «Escalaes Estivales» au Val.

Toute la programmation des Escalaes Estivales sur www.herouville.net

DU 21 AU 25 JUILLET

LUNDI 21

Terrasse du Centre.

Sans inscription : Ouverture toute la journée.

10 h : Atelier Patouille en famille avec Sandie Leclerc.

Venez partager un moment ludique et créatif avec votre enfant lors d'un atelier patouille spécialement conçu pour les tous-petits ; un moment d'exploration tactile et sensorielle où petits et grands pourront manipuler différentes textures et laisser libre court à leur imagination.

Rendez-vous à 10 h au Centre.

De 1 à 5 ans - Gratuit.

MARDI 22



9 h 45 : Journée plage à Merville Franceville, Mini-Olympiades en famille par l'UFOLEP.

. Prévoir pique-nique, tenue de change complète, crème solaire, casquette.

Rendez-vous à 9 h 45 au Centre.

Pour toute la famille.

Tarif : 2€/enfant - 4€/adulte.

MERCREDI 23

13 h : Après-midi Char à voile à la base Nautique d'Asnelles.

Découvrez en famille en découvrant les sensations de glisse du char à voile ! fous rires et complicité garantis !

Rendez-vous à 13 h au Centre.

A partir de 10 ans - Tarif : 2€/personne.



JEUDI 24

10 h : Initiation cirque avec la Compagnie Brics arts brac.

Participez à une initiation cirque en famille à travers des jeux d'équilibre et de jonglerie qui amuseront petits et grands !

Rendez-vous à 10 h au Centre.

Pour les 2-5 ans - Gratuit.



VENDREDI 25

14 h : Retrouvez les «Escalaes Estivales» au Quartier de la Haute Folie.

Toute la programmation des Escalaes Estivales sur www.herouville.net

DU 28 JUILLET AU 1^{ER} AOÛT

LUNDI 28

Terrasse du Centre.

14 h : Animation «Gaufres Party» sur la Terrasse pour un moment de gourmandise et de bonne humeur !

Sans inscription : Ouverture toute la journée.

MARDI 29

13 h 45 : Course d'Orientation au Bois de Lebisey avec l'UFOLEP.

Partageons un moment convivial et dynamique en famille lors de cet après-midi dédié à la découverte d'un sport collectif !

Rendez-vous à 13 h 45 au Bois de Lebisey.

A partir de 11 ans - Gratuit.

MERCREDI 30

9 h : Grande Sortie à Bayeux Aventure.

Bayeux Aventure : le parc de loisirs où l'aventure commence !

. Prévoir pique-nique et ne pas oublier la crème solaire et casquette.

Rendez vous à 9 h au Centre.

A partir de 3 ans.

Tarif : 2€/enfant - 4€/adulte.

JEUDI 31

10 h : Journée Conviviale à la Boutique Habitat.

Autour d'une animation bricolage, la Boutique Habitat ouvre ses portes pour une journée conviviale en famille.

. Prévoir pique-nique.

Rendez vous à 10 h à la Boutique Habitat.

A partir de 6 ans.

VENDREDI 1^{ER} AOÛT

9 h : Inscriptions pour la période du 5 au 23 août.

14 h : Retrouvez les «Escalaes Estivales» sur la Place François Mitterand.

Toute la programmation des Escalaes Estivales sur www.herouville.net

DU 4 AU 8 AOÛT

LUNDI 4

Terrasse du Centre.

Sans inscription : Ouverture toute la journée.

MARDI 5

Tout petits

10 h : Activité relaxation, éveil sensoriel bébé.

Laissez-vous guider par Camille qui vous accompagnera vers une animation sensorielle, une parenthèse de douceur où jeux d'éveils et comptines en langage des signes créeront un moment de complicité.

Rendez vous à 10 h au Centre.

Pour les 6 mois - 1 an - Gratuit.



MERCREDI 6

9 h 30 : Grande sortie au Pont du Coudray.

Rejoignez-nous pour une belle escapade au Pont du Coudray, dans un cadre verdoyant au bord de l'eau. Au programme, chacun choisit son aventure :

Canoë-kayak, Vélo-rail ou Pédalo.

Un moment convivial à partager, que vous soyez sportif ou simplement curieux de découvrir la nature autrement.

. Apporter une tenue de change complète, des chaussures fermées, de la crème solaire et votre pique-nique.

Rendez-vous à 9 h 30 au Centre.

Tarif : 2€/enfant - 4€/adulte.



JEUDI 7

13 h 10 : Visite animée au Musée de Normandie « Par tous les dieux ».

Plongez en famille dans l'univers fascinant des dieux et des croyances antiques à travers une animation ludique proposée dans le cadre de l'exposition Par tous les dieux ! Jeux, énigmes et découvertes vous guideront au cœur des récits mythologiques qui ont traversé les siècles.

Rendez-vous à 13 h 45 à l'arrêt de Tram du TI « Université » ou 13 h 10 au Centre pour un départ commun en tram.

VENDREDI 8

14 h : Retrouvez les « Escales Estivales » à Montmorency.

Toute la programmation des Escales Estivales sur www.herouville.net

DU 11 AU 14 AOÛT

LUNDI 11



Terrasse du Centre.

Sans inscription : Ouverture toute la journée.

14 h : Animation jeux en Bois géant par la ludothèque Jouons Ensemble sur la Terrasse.

Gratuit.

MARDI 12



8 h : Grande Sortie pêche à pied guidée à la plage de Lion/Mer.

Accompagné par un animateur passionné de nature et de bord de mer, apprenez à observer, reconnaître et respecter les différentes espèces du milieu. L'occasion également d'en savoir plus sur les marées, les bonnes pratiques de la pêche à pied, et l'importance de préserver cet écosystème fragile.

. Apporter une tenue de change complète, des chaussures fermées (bottes idéalement), de la crème solaire et votre pique-nique.

Rendez-vous à 8 h au Centre.

Tarif : 2€/enfant - 4€/adulte.



MERCREDI 13

10 h : Visite guidée à Caen le Street-Art.

Entre patrimoine historique et bouillonnement artistique, Caen est devenue au fil des années un véritable musée à ciel ouvert. Cette visite guidée vous propose une immersion dans l'univers du street-art en explorant les quartiers emblématiques où



Ados

s'expriment librement artistes locaux et internationaux.

Guidé(e) par un passionné d'art urbain, vous sillonnerez les rues à la recherche des fresques murales, pochoirs, collages et graffitis qui ponctuent le paysage caennais.

Rendez-vous à 10 h à l'arrêt de Tram Saint-Pierre (station T1).

A partir de 11 ans - Gratuit.

14 h : Bricolage en Famille à la Boutique Habitat.

«Participez à un atelier bricolage où parents et enfants peuvent créer ensemble des cadres personnalisés et repartir avec une œuvre unique à exposer fièrement à la maison !».

Rendez-vous à 14 h à la Boutique Habitat.

A partir de 6 ans - Gratuit.

JEUDI 14

9 h : Inscriptions pour la période du 18 au 29 août.



14 h : Retrouvez les «Ecales Estivales» au Bois.

Toute la programmation des Ecales Estivales sur www.herouville.net

DU 18 AU 22 AOÛT

LUNDI 18

Terrasse du Centre.

Sans inscription : Ouverture toute la journée.



14 h : Animation musicale festive : Karao-ké/Blind-test !

MARDI 19

8 h 15 : Grande sortie - Traversée Baie du Mont Saint-Michel.

Guidé(e) par un accompagnateur expérimenté, découvrez la baie du Mont Saint-Michel dans toute sa splendeur. Pieds nus, vous traverserez vasières, rivières et bancs de sable.

. Apporter une tenue de change complète, (des chaussures fermées) de la crème solaire, votre pique-nique, serviette et bouteilles d'eau.



Rendez-vous à 8 h 15 au Centre - Retour vers 18 h.

Tarif : 2€/enfant - 4€/adulte.



MERCREDI 20



13 h 45 : Activité sportive au Bois de Lebisey.

Partageons un moment convivial et dynamique en famille lors de cet après-midi sportif.

Rendez-vous à 13 h 45 au Bois de Lebisey.

A partir de 11 ans - Gratuit.

JEUDI 21



10 h : Visite animée «La colère de la déesse» au Musée de Normandie de Caen.



«Tonnerre, éclairs et gros nuages... Les dieux sont en colère ! À travers une animation sensorielle et pleine d'imaginaire, les enfants de 2 à 4 ans sont invités à découvrir les émotions des dieux antiques. Contes, jeux de sons, et manipulations douces les guideront dans un voyage mythologique adapté à leur âge.

Rendez-vous à 9 h 45 à l'arrêt de Tram «Université» (ligne T1).

Pour les 2-4 ans - Gratuit.

VENDREDI 22



18 h : Retrouvez les «Ecales Estivales» : nocturne à Lebisey.

Toute la programmation des Ecales Estivales sur www.herouville.net

DU 25 AU 29 AOÛT

LUNDI 25

Terrasse du Centre.

Sans inscription : Ouverture toute la journée.

10 h : Atelier «Cuisine les fruits» à la Cité de l'alimentation.

Rendez-vous à 10 h sur place.

A partir de 5 ans - Gratuit.



14 h : Atelier Graph parents-enfants avec l'artiste Caennais Chabert4.

Un moment créatif à partager en duo ! Venez explorer ensemble le dessin, le lettrage ou le collage pour créer une œuvre originale. Aucun niveau requis, juste l'envie de s'exprimer à deux et poursuivre la découverte du Street-Art.

Rendez-vous à 14 h au Centre.

A partir de 7 ans - Gratuit.

MARDI 26

10 h : Visite des Jardins éco-citoyen de Montmorency.

Visite des jardins éco-citoyens un moment nature en famille !

Partez à la découverte des jardins éco-citoyens d'Hérouville Saint-Clair lors d'une animation conviviale et accessible à tous. En famille, explorez un espace verdoyant où nature, partage et respect de l'environnement se rencontrent. Entre potagers, rencontres avec les jardiniers passionnés.

Rendez-vous à 10 h aux jardins eco-citoyens de Montmorency.

Pour toute la famille.

Gratuit.



MERCREDI 27

10 h : «Atelier cuisine à la Boutique Habitat, préparation de la fête de clôture de l'été et confection de pizzas avec l'Association Bandes de Sauvages».

«Cuisinez en Famille et préparez ensemble un goûter gourmand».

Participation au repas sous inscription auprès de l'équipe.

Pour toute la famille - Tarif : 1€/personne.



14 h : Fête de clôture de l'été à la boutique Habitat.

«Venez célébrer la fin de l'été à la Boutique Habitat avec un après-midi festif et d'un goûter partagé sous le signe de la convivialité !».

Rendez-vous à 14 h à la Boutique Habitat. Gratuit.

JEUDI 28

Ados

9 h 30 : Journée randonnée en vélo vers Merville Franceville avec Velisol.

«Partez à l'aventure avec l'association Vélisol pour une randonnée vélo conviviale entre parents et ados, d'Hérouville à Merville-Franceville ! Une belle occasion de découvrir les paysages et partager un moment sportif et complice.

. casques et gilet de haute visibilité nécessaires pour cette sortie

. vélo à fournir (possibilité de prêt si besoin)

. ramener votre pique-nique.

Rendez-vous à 9 h 30 au Centre.

A partir de 11 ans.

VENDREDI 29



14 h : Retrouvez les «Escalaes Estivales» à la Grande Delle.

Toute la programmation des Escalaes Estivales sur www.herouville.net

LES LOISIRS FAMILIAUX DE PROXIMITÉ

Informations et Inscriptions :

Au Centre socio-culturel

202, boulevard des Belles Portes
14200 Hérouville Saint-Clair
02 31 95 83 00

Il est nécessaire de s'inscrire sur place pour toutes les activités proposées. Chacun ne peut inscrire que les membres de sa famille.

Toute annulation doit être effectuée 48h avant l'activité afin de bénéficier d'un avoir. Dans le cas contraire, l'activité sera due.

Modalités d'inscription sur les sorties et activités

En fonction des places disponibles, chaque famille pourra s'inscrire **à une grande sortie et deux activités par période d'inscription**. Au delà, nous vous proposerons une inscription sur liste d'attente et nous vous contacterons en fonction des places disponibles.

Grands Parents et adultes sans enfants :

Vous pourrez vous inscrire sur les activités en vous positionnant sur liste d'attente. S'il reste des places disponibles, nous nous ferons un plaisir de vous contacter.

Nous acceptons les paiements en espèces, chèques et chèques vacances ANCV.



Activité



Grande sortie



Animation de proximité



Activité petite enfance



Activité adolescent



Ne pas jeter sur la voie publique mais dans une poubelle jaune