

**D'AVRIL À JUIN 2025**

**ANIMATIONS  
FAMILLES  
ET ADULTES**

**ENFANTS**

**PARENTS**

**ADULTES**

**C.A.S.C.A.D.E.**

1 place Henri Coutard  
72260 Marolles-les-Braults  
02 43 97 37 88  
accueil@cascade72.fr



# LE SECTEUR FAMILLES

---

Bonjour à tous,

Une nouvelle programmation printanière pour le secteur Familles qui laisse évaporer le froid et la pluie pour entrevoir le soleil et la douceur dans le ciel et qui annonce tout doucement l'arrivée des beaux jours et l'espoir de pouvoir se détendre dans notre transat.

Vous y découvrirez de **nouvelles animations** pour vous et vos enfants mais aussi **des sorties et évènements** à ne pas manquer !

En plus, sur cette période et celles à venir, **J.O.S.É**, le camion aménagé par C.A.S.C.A.D.E. se baladera entre avril et juin dans les écoles du secteur pour se rencontrer, papoter, jouer ou se prélasser ensemble. Il continuera de se déplacer cet été dans les parcs et jardins de votre territoire.

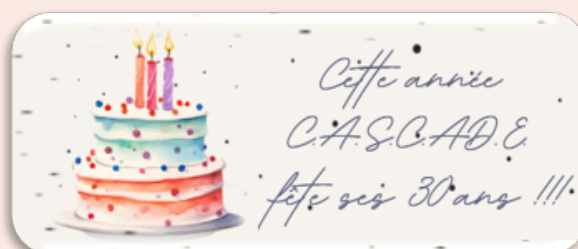
Je serai présente pour vous y retrouver. Venez nous rencontrer !

**Le secteur Familles** est un espace d'animations, de rencontres, de partage et d'initiatives destiné à vous tous : Enfants, Parents, Familles, et Adultes. Son projet repose sur une démarche participative. Il s'agit d'un travail réalisé avec et pour les Familles.

Le secteur Familles organise et anime des événements, des temps d'échanges et des activités pour toutes les familles. Parents, enfants, ados, grands-parents et Adultes...

En tant que Référente Familles, je suis là pour vous, pour vous écouter et mettre en place des actions qui répondent à vos souhaits, vos besoins et vos envies et accompagner vos initiatives.

Vous pouvez me contacter au 02 43 97 37 88 ou sur [accueil@cascade72.fr](mailto:accueil@cascade72.fr)



A bientôt.  
Ophélie LIGERET

# INSCRIPTIONS

---

## POUR VOUS INSCRIRE AUX ANIMATIONS :

Vous pouvez vous déplacer directement à C.A.S.C.A.D.E. ou nous contacter au 02 43 97 37 88 ou sur [accueil@cascade72.fr](mailto:accueil@cascade72.fr).

- Adhésion familiale annuelle à C.A.S.C.A.D.E. : 13 €
- Le paiement des activités se fait au plus tard le jour de l'évènement.

Pensez à nous prévenir au plus tard 48h avant l'activité si vous annulez votre participation, afin de laisser la place à d'autres personnes.

## TARIFS SELON LE QUOTIENT FAMILIAL

Certaines activités sont payantes et certaines en fonction de votre quotient familial.

En fonction du type d'activités, et si un transport est nécessaire, des tarifs peuvent s'appliquer.

---

### Atelier sophrologie

#### Adulte

<700 : 2.50€

701 à 1300 : 3.70€

1301 à 1800 : 4.90€

>1801 : 6.10€

---

---

### Sortie Familles

#### à la Ferté Bernard

<700 : 4.30€

701 à 1300 : 6€

1301 à 1800 : 8.20€

>1801 : 9.50€

---

**À NOTER  
DANS VOS AGENDAS !!!**

---

**Samedi 12 Avril 2025**

**SORTIE EN FAMILLE : BOWLING À LA  
FERTÉ BERNARD**

---

**Mercredi 30 Avril 2025**

**ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DE C.A.S.C.A.D.E.**

---

**Mercredi 7 mai 2025**

**VISITE DE LA FERME D'OLIA**

---

**Samedi 24 mai**

**GRATIFÉRIA**

---

# PARENTS / ENFANTS

## LES MATINÉES MANIP'



**Mercredi 7 mai  
Mercredi 11 juin  
de 10h à 11h30  
à C.A.S.C.A.D.E.**

Une matinée pour vider, transvaser, enfiler, pour explorer notre motricité fine.

**Pour les enfants de 0 à 3 ans,  
accompagnés de leurs parents,  
Gratuit  
Sur inscription**

## ATELIER MOTRICITE LIBRE



**Samedi 5 avril  
Samedi 17 mai  
Samedi 14 juin  
de 10h30 à 11h30  
à C.A.S.C.A.D.E.**

Bouger, ramper, sauter, transvaser...  
Un moment ludique pour votre enfant et  
un temps de jeux à partager avec vous !

Animé par Delphine Delaunay,  
psychomotricienne

**Pour les enfants de 0 à 3 ans  
2.5€ par enfant  
Sur inscription**

## MATINÉE "ON BOUGE SON CORPS"



**Mercredi 9 Avril  
de 10h à 11h30  
au DOJO  
Marolles-Les-Braults**

AU DOJO, On grimpe, on saute, on glisse, on virevolte ... Une matinée pour expérimenter, et bouger !

**Pour les enfants de 0 à 4 ans,  
accompagnés de leurs parents,  
Gratuit  
Sur inscription**

## ATELIER SOPHROLOGIE PARENT/ENFANT



**Mercredi 2 avril  
Mercredi 14 mai  
Mercredi 11 juin  
de 14h à 15h  
à C.A.S.C.A.D.E.**

Des exercices de respiration, de relaxation,  
et d'éveil des sens, sous forme ludique,  
pour les enfants avec leurs parents.

Animé par Aude LELONG-ROUSSEL,  
sophrologue

**A partir de 6 ans  
2.5€ par enfant  
Sur inscription**

# PARENTS / ENFANTS

## DES SORTIES EN FAMILLE

UNE JOURNÉE À LA FERTÉ BERNARD :  
BALADE, PIQUE-NIQUE ET BOWLING



**Le Samedi 12 avril  
de 11h30 à 17h  
à La Ferté Bernard**

*En partenariat avec  
le Centre Social Mazagran  
de Bonnétable*

**Ouvert à tous,  
Tarif selon Quotient Familial  
Prévoir son Pique-Nique  
Règlement à l'inscription**

Une journée conviviale à partager !  
10h30 départ possible de C.A.S.C.A.D.E. en minibus  
11h30 rdv place du Général de Gaule, La Ferté Bernard  
12h Pique-Nique et Balade autour du lac  
14h Bowling (2 parties)  
16h30 Goûter sur place fourni  
17h départ de La Ferté Bernard



ENSEMBLE À :  
LA FERME D'OLIA DE DANGEUL



**Mercredi 7 mai**

Visite de la ferme D'OLIA :  
rencontre avec les animaux,  
et nourrissage

**Mercredi 18 juin**

Imaginons, récoltons, créons  
des œuvres éphémères

**De 14h30 à 17h**

**Ouvert à tous, Sur inscription**

**Départ de C.A.S.C.A.D.E. en minibus possible à 14h15 (places limitées)**

**RDV à 14h30 sur place**

**Goûter fourni**

**Participation de 3€ par personne pour chaque après-midi**

# TOUT PUBLIC

NEW

## LECAFÉ PAPOTAGE



**Les 1ers jeudis du mois  
(hors vacances scolaires)  
de 9h30 à 12h30  
à C.A.S.C.AD.E.**

Un café, un thé, et du papotage !  
L'accueil de C.A.S.C.AD.E. vous est  
ouvert, pour se rencontrer, discuter,  
s'informer ou juste vous poser.

**Animé par Ophélie**

**Ouvert à tous,  
Gratuit**

## ATELIER SCRAPBOOKING



**Mercredi 23 avril  
Mercredi 21 mai  
et Mercredi 18 juin  
de 14h30 à 16h30  
à C.A.S.C.AD.E.**

Cet atelier vous permet d'utiliser le papier  
et d'exercer votre imagination pour des  
créations uniques et qui vous ressemblent !

**Animé par Nadège Mineau**

**3€  
Sur inscription**

## SOIREE JEUX ET BLABLA



**ET AVANT**



## REPAS PARTAGÉ



**Vendredi 4 avril  
Vendredi 2 mai  
Vendredi 6 juin  
à C.A.S.C.AD.E.**

Soirée conviviale autour du jeu.  
Ambiance garantie !  
Des jeux à faire partager, à découvrir  
ou redécouvrir

Et avant, possibilité de manger ensemble.  
Repas à confectionner sur place.  
Venez partager vos recettes préférées.

**A 18h, atelier cuisine, à 19h, repas partagé, à 20h soirée jeux  
Ouvert à tous, gratuit**

**Une participation de 3.5€ est demandé pour le repas  
Sur inscription, au plus tard le mercredi qui précède**

# ADULTES

## ATELIER YOGA



Tous les mercredis  
(hors vacances scolaires)  
de 18h à 19h  
à C.A.S.C.A.D.E.

Pour améliorer votre bien-être,  
libérer votre esprit, pour découvrir  
ou redécouvrir votre corps...

**Animé par Delphine Ventroux**

**Gratuit  
Sur  
inscription**

## ATELIER SOPHROLOGIE



Samedis 5 avril, 17 mai, 7 juin  
de 10h30 à 11h30  
Vendredis 25 avril et 27 juin  
de 18h à 19h  
à C.A.S.C.A.D.E.

De la relaxation pour vous ressourcer  
aussi bien physiquement que  
mentalement.

**Animé par Aude Lelong-Roussel,  
sophrologue**

**Tarif selon le Quotient Familial  
Sur Inscription**

# ÉVÈNEMENT C.A.S.C.A.D.E.



## GRATIFÉRIA ZONE DE GRATUITÉ



OFFREZ UNE SECONDE CHANCE AUX OBJETS (PROPRES ET EN BON ÉTAT) !  
Donnez si vous le souhaitez, et venez prendre librement ce que vous voulez !

**SAMEDI 24 MAI 2025**

à C.A.S.C.A.D.E.,  
1 place Henri Coutard,  
Marolles-les-Braults

Gratuit et Ouvert à tous  
De 10 h à 17 h



Dépôt des objets possible  
à partir de mi-avril  
à C.A.S.C.A.D.E. ou directement  
sur place le jour-même.  
Pour les objets volumineux,  
présentation sur photos et à  
récupérer chez le donneur.

**INFORMATION À :**  
**C.A.S.C.A.D.E.**

1 place Henri Coutard  
72260 Marolles-les-Braults  
02 43 97 37 88  
accueil@cascade72.fr



# LIEU D'ACCUEIL ENFANT-PARENT

## C.A.S.C.A.D.E.

Le LAEP :

Un espace de jeux, de rencontre et d'échanges  
pour les enfants de 0 à 6 ans et leur famille  
(parents, grands-parents, assistants familiaux)



Ouverture deux lundis par mois et chaque dernier samedi du mois

**Entre 9h30 et 11h30**

**à C.A.S.C.A.D.E.**

Accès libre, Gratuit

Lundi 14 avril

Lundi 28 avril

Lundi 12 mai

Lundi 26 mai

Lundi 2 juin

Lundi 16 juin

Lundi 7 juillet

Lundi 21 juillet

Samedi 26 avril

Samedi 28 juin

Samedi 26 juillet

**Fermé le Samedi 31 mai**



Renseignements à C.A.S.C.A.D.E.  
1 place Henri Coutard  
72260 Marolles-les-Braults  
02 43 97 37 88  
accueil@cascade72.fr

