



FriTime

Janvier-février

De 17h30 à 21h00
Pour les jeunes de 8H à 11H
Au Centre d'animation

Le vendredi 16 janvier 2026

Atelier cuisine "Sushis" proposé par Ha Thanh Demierre

"Viens apprendre à préparer tes propres sushis dans une ambiance fun et conviviale, puis déguste-les. Découvre la cuisine japonaise tout en te régala!"

Inscription jusqu'au 15 janvier 2026



De 11h00 à 12h00
Pour les enfants de 6 à 11 ans
A la salle de gym de l'école primaire d'Avry

Les samedis 17 janvier et 7 février 2026

A la découverte de la sophrologie proposée par Nadia Sladek

"Viens passer un moment ludique pour apprendre à respirer, te détendre, reconnaître tes émotions et gagner en confiance à travers des jeux, des mouvements dynamiques et des visualisations guidées."

Inscription jusqu'au 15 janvier pour la session du 17 janvier et jusqu'au 5 février pour la session du 7 février 2026

Vous trouverez toutes les informations, ainsi que les formulaires d'inscription sur avry.ch/fritime
Pour toutes questions ou informations : fritime@avry.ch ou 079 507 99 03





FriTime Février

De 17h30 à 21h00
Pour les jeunes de 8H à 11H
Au Centre d'animation

Le vendredi 6 février 2026

Atelier cuisine "Rouleaux de printemps" proposé par Ha Thanh Demierre

"Apprends à réaliser de délicieux rouleaux de printemps dans une ambiance ludique et chaleureuse, et savoure-les. Un moment gourmand autour de la cuisine asiatique."

Inscription jusqu'au 5 février 2026



De 16h00 à 17h30
Pour les enfants de 7H à 8H
Au Centre d'animation

Le vendredi 13 février 2026

Atelier forum-théâtre : "Respect et égalité, comment agir?" proposé par l'association LASSO, dans le cadre de la Stratégie de développement durable de l'Etat de Fribourg et du Plan d'action "Je participe !"

"Tu t'es déjà retrouvé-e face à une remarque sexiste, une blague lourde ou une injustice... sans trop savoir quoi faire ? Dans cet atelier, on observe des situations inspirées du quotidien, puis on imagine ensemble d'autres façons de réagir. Chacun-e peut proposer des idées, participer à une mise en situation ou simplement partager son point de vue. On réfléchit ensemble comment agir avec solidarité et respect."

Inscription jusqu'au 13 février 2026





FriTime

Février-Mars

De 9h00 à 11h30
Pour tous les enfants accompagnés d'un parent
Au Centre d'animation

Le samedi 14 février 2026

Massage parent-enfant proposé par Magali Mauron

“Partager un moment de complicité pour apprendre quelques techniques de massage détente pour enfant et parent. (Prévoir une tenue confortable type short/T-shirt).”



Inscription jusqu'au 4 février 2026

De 9h45 à 11h15
Pour les jeunes de 8 à 15 ans
A la salle multifonction

Le samedi 14 mars 2026

Confection de Brigadeiros proposée par Ana Carolina

“Découvrez comment préparer ces petits bonbons brésiliens et repartez avec vos créations. Un atelier gourmand et ludique à partager entre jeunes !”

Inscription jusqu'au 4 mars 2026

Vous trouverez toutes les informations, ainsi que les formulaires d'inscription sur avry.ch/fritime
Pour toutes questions ou informations : fritime@avry.ch ou au 079 507 99 03

