

# mon kit loisirs

## mode d'emploi

Besoin de temps de détente, de changer d'air, de s'amuser en famille ?

Le kit loisirs est pour vous !

La Caf du Rhône et l'association Vacances Ouvertes vous proposent un kit loisirs, avec des jeux, des propositions de sorties à côté de chez vous et 30€ de Chèques-Vacances pour profiter de vos moments en famille.

### POUR PASSER À L'ACTION TOUT DE SUITE

#### LE « GRAND LIVRE D'ACTIVITÉS À PARTAGER EN FAMILLE »

Des idées pour tous les goûts, les âges et le temps disponible ! Où que vous soyez, chez vous ou dehors...



#### DES JEUX DE SOCIÉTÉ

Petits, pratiques, ils s'emportent partout et parfois 10 minutes suffisent pour une partie :



> **Les mots interdits**, jeu de carte où il s'agit de faire deviner un mot sans prononcer d'autres mots.



> **Les défis en famille**, jeu de cartes à découper pour se lancer des défis en famille avec ou sans la balle sourire.

> **Énigmes et Gym Animo** dans les jeux à découper Bioviva.

#### CAHIERS DE VACANCES ET IMAGIER

Auteurs et illustrateurs font de la lecture un plaisir en famille.



#### LA BALLE « SOURIRE »

Des idées de jeux avec les cartes à découper, Le jeu des défis.



### POUR PASSER À L'ACTION BIENTÔT

#### 30€ EN CHÈQUES VACANCES

Pour vous aider à payer une activité de loisirs même si vous n'êtes pas en vacances ...

Voir le livret « Petit guide des activités pour la famille » pour trouver des idées d'activités ou de sorties à côté de chez vous.



#### PETIT GUIDE DES ACTIVITÉS POUR LA FAMILLE

(accessibles même quand on a petit budget)

Vous avez envie de faire une activité sportive, d'écouter une histoire contée, d'aller visiter un endroit que vous ne connaissez pas, de faire un atelier de création de Bande Dessinée, d'écouter de la musique... ? Retrouvez les idées de sorties et d'activités à côté de chez vous.



On trouve  
quoi dans  
le kit loisirs ?



# QUELQUES IDÉES REÇUES SUR LES LOISIRS...

## « Les loisirs ? S'amuser ? Il y a d'autres priorités ! »

Les moments partagés en famille sont précieux ; ils créent des souvenirs et renforcent les liens. Les loisirs ça peut être à quelques-uns ou en famille mais tout le monde peut en profiter.



> Des activités sportives sont proposées avec une aide financière : voir le « Petit guide des activités pour la famille » et les Chèques-Vacances.

## « Je n'aime pas jouer jouer, c'est pour les enfants ! »

Jouer, ce n'est pas seulement un écran ou un jeu de cartes ; on peut passer du bon temps en famille sans jouer !



- > Beaucoup de choses du quotidien peuvent être faites en s'amusant : faire la cuisine en chantant avec les enfants, jouer à celui ou celle qui finit sa liste de courses le plus vite possible au supermarché...
- > Faites quelque chose que vous aimez faire avec vos enfants, ils aimeront partager avec vous quelque chose qui vous fait plaisir et vous détend : faire un gâteau, bricoler une petite boîte à trésors en carton, ...

## « Les loisirs, ça coûte cher ! »

Certaines activités sont payantes, mais de nombreuses autres ne nécessitent pas de dépenser beaucoup d'argent, voire sont gratuites.

- > On peut faire plein de choses pour pas cher ou avec ce que l'on a chez soi : voir le livre d'activités et les jeux trouvés dans le kit loisirs.
- > Pour les activités payantes, il existe des aides : voir le « Petit guide des activités pour la famille » + la Caf du Rhône et Vacances Ouvertes vous offrent 30€ de Chèques-Vacances disponibles dans le kit.

## « On n'a pas le temps ! »

Plein d'activités ou de jeux peuvent prendre 5-10 minutes. Souvent prendre 10 minutes avec les enfants en rentrant le soir, 10 minutes, rien que pour eux, sans rien faire d'autre, permet de gagner beaucoup de temps pour le reste de la soirée ; ils se sentiront mieux et demanderont moins l'attention des parents. Quelques idées :

- > Le jeu de la balle cachée = 10 minutes : voir « Le jeu des défis »
- > Les mots interdits
- > Le jeu Gym Animo = 5 minutes : voir le jeu à découper Bioviva

