



FRITIME RIAZ

Programme d'activités gratuites

De septembre à décembre 2026

Inscris-toi par SMS ou WhatsApp 079 706 41 35

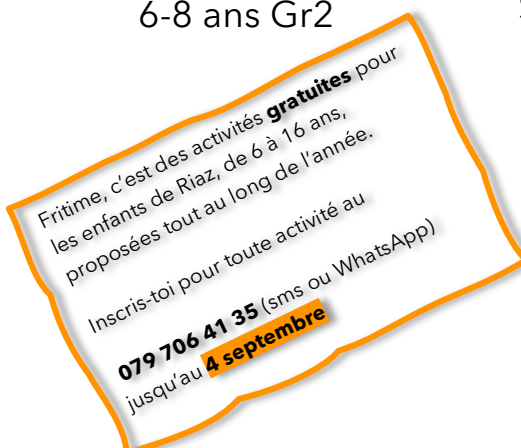
ENFANTS et ADOS de Riaz de 6 à 16ans

ACTIVITÉS

Septembre à décembre 2026



Septembre		Octobre
Mercredi 16 septembre 14h-16h Centre de tennis, Bulle Tennis 10-13 ans	Samedi 26 septembre 13h30-15h30 Canapé forestier, boquette Canapé forestier 6-8 ans	Mercredi 7 octobre 14h-16h Caserne des pompiers de Bulle - Rue de l'Etang 2 Visite chez les pompiers 9-14 ans
Mercredi 23 septembre 13h30-15h RiaZen, rue de la Gruyère 68, Riaz Apprivoiser mes émotions 8-12 ans	Mercredi 30 septembre 13h30-15h RiaZen, rue de la Gruyère 68, Riaz Apprivoiser mes émotions 8-12 ans	Mercredi 7 octobre 13h30-15h Ecole primaire de Riaz Conte 6-8 ans Samedi 31 octobre 9h30-11h30 Ecole primaire de Riaz Pâtisseries d'Halloween 8-12 ans
Novembre		Décembre
Samedi 7 novembre changement de date (12 décembre) Scrabble 9-12 ans Samedi 14 novembre 13h30-15h00 Chemin du Cudré, Riaz Visite de la ferme 6-10 ans	Samedi 28 novembre 8h30 - 9h45 Gr1 10h - 11h15 Gr2 Ecole primaire de Riaz Autour de l'exposition animalière 9-12 ans Gr1 6-8 ans Gr2	Mercredi 2 décembre 14h-15h30 Centre Inspire, Impasse des Terreaux 4, Riaz Yoga 8-12 ans Samedi 12 décembre 10h-11h30 Ecole primaire de Riaz Scrabble 9-12 ans



DESCRIPTION



Tennis

Viens tester le tennis : un sport ludique, convivial, pour bouger, s'amuser et partager un bon moment ensemble !

Apprivoiser mes émotions

Il t'arrive de traverser de grosses colères, du chagrin ou d'être envahi-e par la peur ? Viens en parler et découvrir un petit peu plus le monde des émotions. Tu apprendras aussi quelques astuces pour bien vivre avec elles.

Canapé forestier

Rejoins-nous pour une activité au Canapé forestier de Riaz. Nous explorerons la nature, jouerons à des jeux amusants et développerons notre imagination et créativité. Tu deviendras un explorateur ou une exploratrice grâce aux petites créatures de la forêt «les Farfadets de la Boquette ». On se réjouit de te rencontrer.

Visite chez les pompiers

Envie de venir visiter la caserne des pompiers ? Viens découvrir les camions, les équipements et le métier de pompier.

Conte

L'association Cont'redi vous propose un petit bricolage suivi d'un conte pour s'émerveiller le temps d'un après-midi.

Pâtisseries d'Halloween

Rejoins-nous pour réaliser des pâtisseries sur le thème d'Halloween. Grands frissons et rigolades garantis !

Scrabble

Tu aimes les lettres, les mots, les défis ? Alors ce jeu est pour toi. Une activité cérébrale mais surtout ludique où les mots les plus bizarres te rapportent des points incroyables !

Visite de la ferme

Nous t'invitons pour découvrir une ferme du village. Au programme, tu pourras notamment nourrir les veaux, traire une vache ou encore monter sur un tracteur !

Autour de l'exposition animalière

Viens découvrir l'exposition animalière de Riaz. Tu auras la possibilité de décorer un hôtel à insecte et le ramener chez toi !

Yoga

Il n'y a pas d'âge pour apprendre à être doux avec soi. Enfile une tenue confortable et viens découvrir le yoga et ses postures à travers des activités ludiques.

Pour **inscrire votre enfant** à une activité :

Merci de communiquer le **NOM** de l'activité, les **NOM - PRENOM - DATE de naissance** de votre enfant lors de votre inscription.



079 706 41 35

SMS ou WhatsApp

Validation et confirmation d'inscription :

Inscriptions définitives : Vous recevrez une confirmation de participation dans un deuxième temps par un.e organisateur/trice ; les premiers inscrits n'ont pas la priorité. Nous répartirons équitablement les enfants en fonction des places.

Attention :

- ⇒ **Si vous ne recevez pas de message de confirmation, votre enfant n'a malheureusement pas été sélectionné cette fois pour participer à l'activité.**
- ⇒ **En cas d'annulation, merci de nous communiquer suffisamment tôt et éviter les désistements de dernière minute.**

**Premier message : inscription
enregistrée**

**Deuxième message : Validation -
CONFIRMATION**

**Pas de 2^{ème} message = pas
d'inscription pour l'activité**