

# CAMPS MÈRES - ENFANTS

- *Leysin (VD) - 26 au 31 juillet*
- *Nendaz (VS) - 2 au 7 août*
- *Lac Noir (FR) - 9 au 14 août*



ÉTÉ  
2026

Une semaine  
de formation et de loisirs

pour les mamans solos  
et leurs enfants

Animations  
pour les  
enfants

Ateliers  
pour les  
mamans

Temps  
libre  
en famille

NOS CAMPS  
EN VIDÉO



# PROGRAMME

## ATELIERS DE FORMATION

Tous les matins, les mamans participent à des ateliers sur des thèmes liés à l'éducation, au développement de l'enfant ou encore à la gestion des émotions. Les participantes peuvent ainsi déposer leurs préoccupations, **échanger et apprendre** des expériences des autres ainsi qu'obtenir de l'aide et des **informations** adaptées. Ces ateliers ont pour but de renforcer leurs compétences de parent et de trouver des **ressources nouvelles** pour améliorer leur qualité de vie et favoriser une vie de famille harmonieuse. Ils sont animés par une formatrice d'adultes spécialiste des questions d'éducation.

### Les ateliers des camps 2026 seront :

- Mamans positives !
- Favoriser l'estime de soi
- Comprendre les émotions
- Passer du temps de qualité avec ses enfants
- Questions ouvertes et bilan

## ACTIVITÉS POUR LES ENFANTS

Durant ces ateliers, une équipe d'animation encadre les enfants et leur propose des activités **ludiques, sportives et culturelles**. L'occasion de faire de belles découvertes, d'apprendre le vivre-ensemble et de partager avec des pairs vivant des situations familiales similaires.

## LES TEMPS LIBRES



Les après-midis, les familles ont du temps libre et s'organisent comme elles le souhaitent pour profiter des activités proposées dans la région, pour des moments privilégiés en famille.

Les mamans bénéficient également d'un après-midi de libre sans les enfants, pendant lequel ces derniers sont pris en charge par l'équipe d'animation. Cet après-midi est habituellement proposé le mardi.

Les repas, préparés par notre équipe de cuisine, sont pris tous ensemble.

# INFORMATIONS PRATIQUES

## LIEUX

Trois camps sont prévus dans les cantons de Vaud, du Valais et de Fribourg, respectivement à Leysin, à Nendaz et au Lac Noir.

Ces trois villages offrent de nombreuses possibilités de loisirs et d'escapades.

Plus de détails sur les centres de vacances :

- Beau-Soleil à Leysin: [bsleysin.ch](http://bsleysin.ch)
- Le Déserteur à Nendaz: [letsbookhotel.com](http://letsbookhotel.com)
- Campus Lac Noir: [campus-fr.ch](http://campus-fr.ch)



Chaque famille dispose d'une **chambre individuelle** de 2 à 8 lits.

## COÛT

La semaine coûte **CHF 550** par famille, indépendamment du nombre d'enfants. Une aide est possible selon la situation familiale (voir le bulletin d'inscription). Le paiement se fait sur facture avant le début du camp.

- Est inclus dans le prix : l'hébergement en pension complète, les ateliers, les animations.
- N'est pas inclus dans le prix : le trajet, les en-cas, les dépenses pour les activités durant le temps libre.

## INSCRIPTION

Vous pouvez vous inscrire avec le formulaire d'inscription ci-joint ou en le téléchargeant - dès février 2026 - sur notre site internet:

- [proju-fr.ch/camps-familles](http://proju-fr.ch/camps-familles)



Les inscriptions seront prises en compte dans l'ordre d'arrivée. Si le nombre maximum de 14 participantes est dépassé, une liste d'attente sera établie.

Ce séjour est ouvert à toutes les mamans qui s'occupent seules de leurs enfants à temps plein, partiel ou occasionnellement et qui désirent enrichir leurs compétences parentales. Les enfants doivent être âgés de 3 à 11 ans.

Délai d'inscription : **31 mai 2026**, puis selon disponibilité.

## DÉSISTEMENT ET ANNULATION

En cas de désistement, les frais se montent à :

CHF 100 pour une annulation dans les 30 à 15 jours avant le début du camp  
CHF 200 pour une annulation dans les 14 à 0 jours avant le début du camp

# PRO JUNIOR FRIBOURG :

- S'engage activement pour garantir la qualité de vie des enfants et des familles et pour que les droits des enfants soient respectés ;
- Bénéficie de l'engagement de ses bénévoles, qui sont au cœur de ses actions avec une volonté commune : promouvoir l'égalité des chances pour tous les enfants ;
- Offre une aide financière ponctuelle à des familles en difficulté ;
- Conseille et informe le public des structures sociales existantes ;
- Soutient les initiatives et développe des projets en faveur des enfants et des jeunes ;
- L'association est présente dans chaque région de notre canton pour répondre aux besoins des familles.

➡ ***N'hésitez pas à nous contacter par e-mail ou par téléphone en cas de question !***



Boulevard de Pérolles 40  
1700 Fribourg  
026 424 24 42  
[camps@projunior-fr.ch](mailto:camps@projunior-fr.ch)  
[www.proju-fr.ch](http://www.proju-fr.ch)



**AVEC LE SOUTIEN DE :**



canton de  
vaud

ne.ch ,

RÉPUBLIQUE ET CANTON DE NEUCHÂTEL

ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG



CANTON DU VALAIS  
KANTON WALLIS