



# ASSOCIATION FAMILIALE

Prilly / Jouxten-Mézery

**60  
ans**

**2025 – 2026**

[www.association-familiale.ch](http://www.association-familiale.ch)

[afp.secretariat@bluewin.ch](mailto:afp.secretariat@bluewin.ch)

**021 624 70 47**



VILLE DE  
**PRILLY**



**entraide familiale  
vaudoise**



# GYM-DANSE

~ CHF 7.50 le cours d'une heure

## **Lundi 18h30 – Gym aînés**

Gymnastique douce en musique

Collège de Fontadel – Prilly

## **Mardi 17h45 – Fitness doux**

renforcer, assouplir et coordonner ses mouvements en  
musique

Collège de Mont-Goulin – Prilly

## **Mercredi 14h00 – Fitness doux**

renforcer, assouplir et coordonner ses mouvements en  
musique

Collège de Jolimont – Prilly

## **Jeudi 19h – Gym bien-être**

Cardio, renforcement, équilibre, bien-être

Collège de Jolimont – Prilly

**Infos : Jacklyn Nicolet 079 388 09 55**

**jacklyn@sunrise.ch**

**Tarif : CHF 130.-/semestre**

# PILATES

~ CHF 9.50 le cours d'une heure

NOUVEAU

**Mardi 19h00**

Collège de Mont-Goulin – Prilly

**Mercredi 18h et 19h**

Collège de Jolimont – Prilly

## QI GONG

~ CHF 11.– le cours d'une heure

**A Jouxens-Mézery : lundi 9h30**

Salle communale – chemin de Beau-Cèdre 1

**A Prilly : lundi 12h15**

Salle de gymnastique de Fontadel – accès par  
chemin de l'Union 5

**Infos : Caroline Di Milla 077 468 30 12**

**Pilates : [pilates.afpj@gmail.com](mailto:pilates.afpj@gmail.com)**

**qigong.afpj@gmail.com**

**Tarif Pilates : CHF 170.–/semestre**

**Tarif Qi Gong : CHF 195.–/semestre**

# YOGA

~ CHF 11.- le cours d'une heure

## A Jouxkens-Mézery :

**Lundi 18h30 et 20h**

**Mardi 18h30 et 20h**

**Jeudi 10h**

Salle communale – chemin de Beau-Cèdre 1

## A Prilly :

**Lundi 20h**

Salle communale sous l'église de Saint-Etienne

**Jeudi 12h15**

Salle de gymnastique de Fontadel – accès par  
chemin de l'Union 5

**Infos : Sandra Burkhard 079 297 36 61**

**yoga.afpj@gmail.com**

**Tarif : CHF 195.-/semestre**

# BENEVOLAT TRANSPORTS

077 478 80 33

## **Besoin d'aide pour un transport de personne ?**

Notre service effectue des transports médicaux et sociaux (médecins, UAT, courses, coiffeur, etc.)

Une participation financière est facturée aux usagers, les membres de l'Association familiale bénéficient d'un tarif préférentiel.

Les coordinatrices répondent à vos appels du lundi au vendredi de 9h à 11h au 077 478 80 33 (réserver 48 heures à l'avance)

Tarifs : consulter notre site Internet

Rejoignez notre équipe de chauffeurs bénévoles !  
Plus d'infos au 079 332 24 84

# YOGA ENFANTS

CHF 15.-/cours – enfants de 3 à 6P

## Boost ta concentration grâce au yoga

Un outil pour aider votre enfant à se concentrer :

Enseigné de manière ludique, le yoga permet à l'enfant de s'extérioriser tout en sachant revenir à lui en développant sa conscience corporelle. Viens découvrir les pouvoirs magiques de la Montagne, du Chat, du Chien, de l'Aigle, du Lion....

Infos : Nicole Spring – 079 614 92 22    jeudi 17h30  
nicole@spring-family.ch    tarif : CHF 150.-/10 cours  
salle communale de Jouxens-Mézery  
1 leçon d'essai gratuite !

# BOUGIES

20.-/cours (25.- non membre)

Viens créer de belles bougies en paraffine !

mercredi 3 ou 10 décembre

de 14h à 15h30 ou de 16h à 17h30

Infos : Anne Meier – 079 385 78 78

afp.secretariat@bluewin.ch

A la ludothèque de Prilly



JARDIN D'ENFANTS AMADOU

# JARDIN D'ENFANTS AMADOU

**Un monde d'apprentissages, de cultures  
et de sourires. Grandir ensemble !**

## **Horaires :**

lundi, mardi, jeudi et vendredi

8h30 – 11h45 et 13h30 – 16h45

mercredi

8h30 – 11h45

fermé pendant les vacances scolaires

visitez la chaîne  YouTube

**Infos : Ana Batata – 021 625 68 85**

**amadouprilly@bluewin.ch**

**avenue du Château 1 – Prilly**

## **INFOS GENERALES**

- Toutes nos prestations sont réservées à nos membres, excepté le transport de personne effectué par le Bénévolat et la Ludothèque
- Nos cours sont suspendus pendant les vacances scolaires
- Cotisation membre : CHF 40.-/année scolaire
- Secrétariat ouvert les jeudis de 8h30 à 12h au 021 624 70 47 ou par email [afp.secretariat@bluewin.ch](mailto:afp.secretariat@bluewin.ch)

# LUDOTHEQUE

**Location de jeux et jouets – animations –  
espace pour jouer sur place – conseils**

**Horaires :**

mardi 16h – 18h

mercredi 9h30 – 11h30

vendredi 16h – 18h

fermé pendant les vacances scolaires

## **Fête ton anniversaire à la ludo !**

Anniversaire à thème, animations autour du jeu, bricolages, possibilité de profiter du jardin. Apporte ton gâteau et tes boissons, nous nous occupons du reste.

semaine : 100.- / week-end : 150.-

**Infos : Sihem Bessa – 076 258 34 61**

**021 625 02 10 (pendant les heures d'ouverture)**

**afp.ludothèque@bluewin.ch**

**avenue du Château 1 – Prilly**

# ECRIVAIN PUBLIC

**077 495 37 12 [afp.secretariat@bluewin.ch](mailto:afp.secretariat@bluewin.ch)**

**Nous proposons une aide administrative telle que :**

Explication d'un courrier reçu, rédaction de correspondance, documents administratifs, orientation vers un organisme  
1ère demi-heure gratuite, puis CHR 15.-/demi-heure.

**Sur rendez-vous**