INFORON

AVRIL 2024

hip-hop 5fonik





concerts

skate

hip hop

graff

basket

















ACCOMPAGNEMENT NUMÉRIQUE

PERMANENCES NUMÉRIQUES

Du lundi au jeudi matin • MJC Centre Social La Roche-sur-Foron

Jeudi 11 avril • 14h-17h • Médiathèque Eteaux

Mathilde, conseillère numérique France services à la MJC Centre Social vous propose des permanences numériques.

Gratuit, sur inscription:

La Roche: 07 82 81 91 15 ou numerique@mjc-cs-larochesurforon.fr

Eteaux: 04 50 25 91 82

ATELIER SENIOR: PRENDRE EN MAIN UNE TABLETTE Lundi • 14h-16h • MJC Centre Social La Roche-sur-Foron

Mathilde vous accueille pour un atelier collectif pour prendre en main une tablette numérique. Ces ateliers pour seniors permettent, après quelques ateliers d'initiation d'obtenir une tablette Facilotab en prêt pour quelques mois.

Gratuit, sur inscription: 07 82 81 91 15 ou numerique@mjc-cs-larochesurforon.fr

MJC Centre Social La Roche-sur-Foron

DÉGUSTATION "PINOT NOIR"

Mercredi 3 avril ⋅ 19h15-21h30 ⋅ La Cave Ô Secrets ⋅ 50 faubourg Saint-Martin

Cette dégustation met à l'honneur un cépage international fortement renommé en Bourgogne, le Pinot Noir. Elle se compose de quatre verres de ce fabuleux nectar rouge, tous très différents et quatre accords insolites.

Le voyage débute dans le vignoble de la Côte de Nuits, puis se prolonge en Suisse dans le Valais, suivi d'une escale dans les Grands Crus d'Alsace. Il se termine dans une Bourgogne plus rare sur un parcellaire d'Irancy.

Tarif: 35 € par personne

Inscriptions: https://caveosecrets.com

La Cave Ô Secrets

INITIATION À LA CALLIGRAPHIE

Samedi 6 avril • 10h-12h • Local de l'Université Populaire • 36 rue du Plain Château

Venez pratiquer l'usage de la plume, un art très particulier du trait, ou "l'art de la belle écriture". Sylvie Lacroix, calligraphe, propose des séances autonomes mais reliées aux ados et adultes. Le matériel est fourni.

Tarif : 5 € pour les non-adhérents. Inscriptions : 04 80 16 00 84 Université Populaire du Pays Rochois

Stages ?

LES ACTIVITÉS À LA BASE

Mercredi 3 et 17 avril • 19h : yoga du rire.

Vendredi 5 et 19 avril • 14h-17h : recycl'couture.

Samedi 6 et 20 avril • 9h-12h : repair café.

Lundi 8 avril • 17h-18h15 et 18h45-20h : atelier pratique qi gong de la conscience.

Lundi 8 avril · 20h15-21h15 : découverte de la méditation spontanée. Sur inscription.

Jeudi 11 avril • 19h30 : apéro d'Aum - le human disening. Sur inscription.

Vendredi 12 avril • 19h-21h: ateliers émotions - trouver mon besoin. Sur inscription.

Samedi 13 avril • 10h-12h : repair vélo.

Jeudi 25 avril • 19h30 : apéro d'Aum - médecine traditionnelle chinoise. Sur inscription.

Vendredi 26 avril • 18h-19h : matériauthèque. Livraison caisses en bois. Sur réservation.

Vendredi 26 avril • 19h-21h : ateliers émotions - identifier mes réactions de défense. *Sur inscription*.

Mardi 30 avril • 18h30 : soirée jeux au bar associatif de la Base.

Du lundi au vendredi • 7h30-12h30 : atelier réparation (fermé du 11 au 26 avril).

Lundi • 11h-11h45: yoga du rire (sauf les 1er et 22 avril).

Lundi • 13h30-16h30 : atelier couture.

Lundi • 20h15-21h15 : atelier méditation Sahaj.

Mardi • 9h30-14h : ça popote et ça papote - Cuisine coopérative.

Mardi • 19h30-21h : chorale engagée (sauf les 16 et 23 avril).

Mardi et vendredi • 18h-20h : permanence prétothèque (sauf le 2 avril).

Jeudi • 10h-13h : atelier réparation vélos.

Vendredi • 18h-19h : matériauthèque.

Prix libre.

Agenda complet et infos inscriptions : www.labase-paysrochois.org

La Base • 156 avenue Charles de Gaulle

NOS CŒURS ROCHOIS

Samedi 20 avril • 10h-12h ou 13h30-15h30 • La Roche-sur-Foron

La Municipalité souhaite offrir l'opportunité à 100 % des Rochoises et Rochois, d'effectuer gratuitement une formation Gestes Qui Sauvent (GQS) d'ici à 2026.

Les citoyens apprendront à reconnaître les symptômes d'un malaise cardiaque, appliquer les techniques de réanimation, utiliser un défibrillateur externe...

Conditions : habiter à La Roche-sur-Foron et être âgé de 10 ans minimum. Durée : 2h. Gratuit.

Inscriptions: www.larochesurforon.fr/ncr-1321

Ville de La Roche-sur-Foron

Rencontres

LES RENDEZ-VOUS DE LA MJC CENTRE SOCIAL

LA PAPOTHÈQUE : LE LIEU D'ACCUEIL ENFANTS-PARENTS (0-6 ANS)

Lundi, mardi, jeudi et vendredi 9h30-12h • Samedi 8h30-12h

Venez découvrir un lieu où les enfants et les familles se retrouvent pour un moment de rencontre, de jeu, de convivialité et de partage d'expérience. Si vous vous posez des questions sur l'éducation de vos enfants et votre rôle de parent, si vous cherchez un endroit pour souffler et rencontrer d'autres parents, la Papothèque est sûrement faite pour vous!

Gratuit.

LES MERCREDIS ANIMÉS

Mercredi matin

Tous les mercredis, la MJC Centre Social propose une animation pour les enfants. Pendant ce temps le café des parents est ouvert dans une ambiance conviviale. Gratuit.

MJC Centre Social La Roche-sur-Foron

MATINÉE D'INFORMATION SUR LE MÉTIER D'ASSISTANT(E) MATERNEL(LE)

Samedi 6 avril • 8h30-12h30 • Relais Petite Enfance • 172 rue du Paradis

Ces portes ouvertes pourront être un moment d'échanges et de partages d'expériences avec les assistantes maternelles déjà en poste.

Ouvert à tous, gratuit.

CCAS La Roche-sur-Foron

ATELIERS DE SENSIBILISATION AU HANDISPORT

Samedi 6 avril • 14h-18h • Complexe sportif Labrunie

Basket en fauteuil, cécifoot...

Ouvert à tous, gratuit.

CCAS, Service des sports, Service jeunesse, EPDA.

CERCLE D'AMITIÉ FRANCO-ALLEMAND

Samedi 6 avril • 15h-17h • Salle Hélène Blanc (Médiathèque La Roche-sur-Foron)

Profitez de la saison pour une petite balade surprise en plein-air, présentée en français et en allemand (baskets, chaussures de marche conseillées). Ensuite, un joyau de la nature des environs de Stockach vous sera présenté, en partageant le traditionnel Kaffee-Kuchen.

Gratuit.

Comité de Jumelage La Roche-sur-Foron-Stockach

Rencontres

RENCONTRE DE QUARTIERS

Mardi 9 avril • 19h • Ecole Cadoret

Jusqu'au 10 décembre, tous les quartiers de La Roche-sur-Foron seront consultés. Au total 10 rencontres de quartiers auront lieu avec Monsieur le Maire, les élus habitants ledit quartier et des agents municipaux. Ils seront à votre écoute afin de mieux connaître vos préoccupations et de pouvoir répondre à vos questions.

Entrée libre.

Ville de La Roche-sur-Foron

APÉRO BLIND TEST

Samedi 13 avril • 11h-12h30 • Médiathèque La Roche-sur-Foron

Dans le cadre de Hip-hop 5Fonik, venez tester vos connaissances musicales hip-hop autour d'un verre.

Dès 14 ans.

Entrée libre.

Médiathèque La Roche-sur-Foron

CYBER K-FÊTE: SPÉCIAL JEUX DE BASTON

Samedi 13 avril • 18h30 • MJC Centre Social La Roche-sur-Foron

La Cyber K-Fête c'est un espace où on joue à des jeux vidéo, on échange, on se défie et surtout on passe un bon moment! Mesurez-vous aux participantes sur des classiques de la baston: Tekken et Super Smash Bros.

Buvette.

Gratuit.

MJC Centre Social La Roche-sur-Foron

DÉCORE TA VILLE EN COULEURS

Mardi 16 et jeudi 18 avril • 14h • Résidence sociale Alfa3a

Jeudi 18 avril • 14h30 • Médiathèque La Roche-sur-Foron (sur inscription)

Mardi 23 et mercredi 24 avril • 14h • 68 rue du Faucigny

Venez participer à la décoration de votre ville et passer un bon moment de convivialité et de partage. Le but est de créer en collaboration avec plusieurs partenaires de la commune, une exposition cet été en utilisant au maximum des objets de récupération sur le thème des "Jeux Olympiques et Paralympiques".

Gratuit.

Ville de La Roche-sur-Foron

Rencontres

SOIRÉE BELOTE/TAROT ET INITIATION MAHJONG

Jeudi 25 avril • 19h • MJC Centre Social La Roche-sur-Foron

Retrouvez-vous autour des jeux classiques de belote et de tarot avec un repas canadien : amenez quelque chose à partager. Vous voulez apprendre un nouveau jeu ? Hervé vous proposera une initiation au mahjong, jeu de société d'origine chinoise. Buvette.

Gratuit.

Gratuit.

MJC Centre Social La Roche-sur-Foron



SORTIE FONDATION GIANADDA "ANKER ET L'ENFANCE"

Dimanche 5 mai • Départ 8h30 • Retour vers 18h30 Rendez-vous à la gare de La Roche

Un véritable coup de jeunesse pour les cimaises de la Fondation, grâce à l'immense talent d'Anker, l'un des plus grands peintres d'enfants de l'art occidental et qui signe certainement les portraits de bambins les plus remarquables de l'histoire de l'art du XIXe siècle.

Conférence par une médiatrice de la fondation puis visite libre de l'exposition.

Tarifs : 35 € pour les adhérents, 40 € pour les non-adhérents.

Inscriptions avant le 30 avril par courrier accompagné du chèque :

Université Populaire du Pays Rochois (voyage Gianadda)

Espace Louis Caul Futy - 36 rue du Plain Château

74800 La Roche-sur-Foron

"PIÉTA" DE JACQUES DUPRESSY

Jusqu'au samedi 13 avril

Mardi, jeudi et vendredi 14h30-18h30 • Mercredi 10h-12h et 14h30-18h30 Samedi 10h-12h30 et 14h30-17h • Médiathèque La Roche-sur-Foron

"Allez dire à ma mère que loin d'elle c'est la mer qui m'a pris dans ses bras". Histoires de migrants inspirées de faits réels.

Vendredi 5 avril à 17h : temps d'échange avec Jacques Dupressy.

Entrée libre.

Médiathèque La Roche-sur-Foron



"BARRER LE SEUIL" DE JOHAN PARENT

Jusqu'au vendredi 24 mai

Mardi, mercredi et vendredi 16h-19h • Samedi 14h-17h

Pendant les vacances scolaires : du mardi au vendredi 16h-18h30

Fermeture: samedi 6 avril

L'Angle, espace d'art contemporain du Pays Rochois

En introduisant quelques dérèglements ou autres aberrations dans des espaces du quotidien, Johan Parent questionne leurs particularités et leurs principes de circulation. Ses différentes interventions créent des mises en abyme successives où l'on peine à retrouver ses repères. Barrer le Seuil se propose une expérience, durant laquelle le visiteur est plongé dans des états intermédiaires paradoxaux. Entre obscurité et lumière, dimension physique et psychique, banalité et étrangeté, immersion et distance, l'artiste explore le principe de liminalité qui génère un environnement froid et déshumanisé.

Visite accompagnée : jeudi 11 avril à 14h30.

Entrée libre

MJC Centre Social La Roche-sur-Foron

VISITE ÉCHO

Samedi 13 avril • 14h30 • L'Angle, espace d'art contemporain du Pays Rochois

Visite de l'exposition "Barrer le seuil" de Johann Parent, suivie d'une visite à Relief (Cluses) de l'exposition "Perte de signal" de Johanna Perret et Johan Parent, accompagnées des artistes.

Covoiturage possible.

Inscriptions: langle@mic-cs-larochesurforon.fr

Entrée libre.

MIC Centre Social La Roche-sur-Foron

DÉCORE TA VILLE EN COULEURS

Jusqu'au samedi 31 août

Du lundi au jeudi 8h30-12h et 14h-17h • Vendredi 8h30-12h et 14h-16h Hall d'accueil Mairie La Roche-sur-Foron

Dans le cadre des Semaines d'éducation contre les discriminations et le racisme, découvrez différents lieux de La Roche-sur-Foron tout en couleurs. Quoi de mieux que la couleur pour donner du tonus, du dynamisme, de la jeunesse, et mettre le sourire aux lèvres! Pleins feux donc sur la ville, en aplats de rouge, de vert et de jaune. On oublie la grisaille, on éloigne la morosité. Souriez, vous êtes... à La Roche!

Entrée libre.

Michel Pinier - Clin d'Œil

LeCtures

LECTURE THÉÂTRALISÉE "LA PLUS PRÉCIEUSE DES MARCHANDISES"

Jeudi 11 avril • 20h • Médiathèque La Roche-sur-Foron

Un conte de Jean-Claude Grumberg. Lecture : Montsé Ligeon et Didier Vacelet.

"Il était une fois, dans un grand bois, une pauvre bûcheronne et un pauvre bûcheron. Non non non non, rassurez-vous, ce n'est pas Le Petit Poucet! Pas du tout. Moi-même, tout comme vous, je déteste cette histoire ridicule. Où et quand a-t-on vu des parents abandonner leurs enfants faute de pouvoir les nourrir? Allons...".

Entrée libre

Université Populaire du Pays Rochois

RACONTE-DOUDOU

Samedi 20 avril • 10h30-11h • Médiathèque La Roche-sur-Foron

Petites histoires pour les enfants de 0 à 3 ans.

Inscriptions: 04 50 07 35 85 ou mediatheque@larochesurforon.fr

Médiathèque La Roche-sur-Foron



DÉFIS, MYSTÈRES ET ENQUÊTES AU CHÂTEAU

Du lundi 15 au jeudi 18 avril • Château de l'Echelle

Rejoignez-nous pour cette 2e édition pour vivre une expérience unique : 4 aventures captivantes, taillées sur mesure pour les petits et les grands. Résolvez des énigmes, fouillez, réfléchissez, argumentez pour évoluer dans ces univers en découvrant de manière inédite différentes périodes de l'histoire du château.

Choisissez parmi :

Lucci et la fiole de lumière (4-8 ans).

Le Dragon d'Elbevor et la princesse De Benevix (6-11 ans). Polyxène et le mystérieux message (dès 12 ans).

Le jugement de la comtesse (dès 16 ans).

Tarif: 12 € par personne.

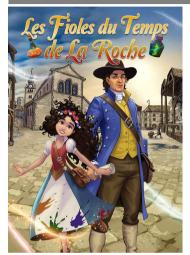
Inscriptions:

www.billetweb.fr/defis-mysteres-et-enquetes-au-chateau l En Scènes Acting



Découverte du Patrimoine

NOUVEAU! EXPLOR GAMES® "LES FIOLES DU TEMPS DE LA ROCHE"



Du lundi au vendredi 9h-12h et 14h-18h Samedi 9h-12h

Office de Tourisme La Roche-sur-Foron

En 1775, Maurice, le valet de La Roche, se prépare à sa tournée habituelle pour maintenir l'ordre et superviser les marchandises. Mais l'apparition soudaine de Perrine, une apprentie alchimiste venue du passé, va tout changer. Ses fioles alchimiques, dispersées dans la ville, sont en train de créer des failles spatiotemporelles, plongeant La Roche dans un chaos déconcertant!

En tant qu'habitants, vous êtes appelés à rejoindre Maurice pour l'aider à renvoyer Perrine à son époque. Manipulez les artefacts alchimiques, résolvez des énigmes et sauvez la ville de ce désastre imminent.

Le sort de La Roche-sur-Foron est entre vos mains! Dernière location 2h avant la fermeture (pas de location en cas de pluie).

Parcours d'aventure sur tablette, de 2 à 4 joueurs. Tout public, dès 7 ans. Durée : 1h30 environ.

Tarif : 9 € par personne + caution. Office de Tourisme La Roche-sur-Foron

NOUVEAU! BALADE GUIDÉE SUR TABLETTE

Du lundi au vendredi 9h-12h et 14h-18h • Samedi 9h-12h Office de Tourisme La Roche-sur-Foron

Maurice, valet de ville de La Roche au 18e siècle, vous propose de l'accompagner à travers les rues de la cité afin d'en découvrir les principaux trésors et plonger dans son histoire qui s'étend sur plusieurs siècles.

Pour compléter cette découverte en autonomie, n'hésitez pas à suivre une visite guidée avec un Guide du Patrimoine de Savoie Mont-Blanc!

Dernière location 2h avant la fermeture (pas de location en cas de pluie).

Sur tablette. Tout public. Durée : 1h30 environ.

Tarif : 9 ϵ par personne + caution.

Office de Tourisme La Roche-sur-Foron



FAIRE COMMERCE - RELATIONS ÉCONOMIQUES ENTRE GENÈVE ET SON ARRIÈRE-PAYS

Samedi 6 avril • 15h • Château de l'Echelle

Genève est la capitale économique du nord de la Savoie. Aussi haut que l'on puisse remonter, on voit la place prééminente de Genève. Mais que sait-on de cette place lors de la période allobroge, puis romaine, lors du Moyen Âge ? Quid de celle-ci lors de l'Escalade et de la période moderne et contemporaine ?

Aujourd'hui plus que jamais, du fait du phénomène frontalier qui impacte toutes les communes de Haute-Savoie, la situation dominante, si ce n'est hégémonique, de Genève dans son territoire s'impose.

C'est à ce vaste tour d'horizon que Claude Barbier s'est attelé dans le tome 4 de l'Atlas du pays de Genève, son dernier livre qu'il vous présentera en première partie de l'assemblée générale de l'Académie du Faucigny.

Entrée libre.

Académie du Faucigny



TRAD SESSION: INITIATION AU BAL FOLK

Jeudi 4 avril • 20h • MJC Centre Social La Roche-sur-Foron

Venez danser ou apprendre à danser en bal folk. La trad session existe pour partager la danse de façon conviviale, il n'est pas indispensable d'être un bon danseur pour participer. La musique traditionnelle et néo-traditionnelle permet une diversité d'instruments presque infinie. Animé par Florent Bottet.

Buvette.

Entrée libre.

MJC Centre Social La Roche-sur-Foron

CHORALE LES ACCORDS DO RÉ

Dimanche 7 avril • Ouverture des portes 14h30 • Début du concert 15h Eglise Saint-Jean-Baptiste

Cette chorale associative de la joie et du partage propose un concert de variété française. Retrouvez un spectacle associant le chant et différents arts vivants, et tout cela dans la bonne humeur.

Participation libre.

Les Accords Do Ré

MusiQue 9

SCÈNE OUVERTE

Jeudi 11 avril • 20h • MJC Centre Social La Roche-sur-Foron

Musiciens novices ou chevronnés, chanteurs débutants ou experts, venez partager vos créations et vos reprises. Pour tous, tout style, toute pratique artistique. Piano, batterie, sono, micros et amplis sur place.

Buvette.

Entrée libre.

MJC Centre Social La Roche-sur-Foron

LÀ-BAS, COVER JEAN-JACQUES GOLDMAN



Samedi 13 avril

Ouverture des portes 19h • Début du concert 21h Espace multifonction Éteaux

Retrouvez les plus grands succès de Jean-Jacques Goldman dans une réalisation mêlant musique et vidéo avec six musiciens, par le groupe local "Là-Bas" de Pers-Jussy.

Buvette et petite restauration.

Tarifs :

15 € ; 10 € pour les enfants de moins de 10 ans.

Billetterie:

www.helloasso.com/associations/comite-des-feteseteaux/evenements/concert-la-bas

Comité des Fêtes Eteaux

HIP-HOP 5FONIK

Samedi 13 avril • 15h-22h

Espace Dominique Perrot (en cas de pluie, concerts sous la Grenette)

Et si on mélangeait la musique symphonique et le hip-hop ? C'est le défi que se sont donné les élèves de l'Ecole Municipale de Musique de La Roche-sur-Foron pour ce printemps. Venez découvrir le fruit de leur travail, lors d'un concert où leurs orchestres accompagneront Atox, rappeur rochois au style puissant et affirmé.

Vous pourrez profiter d'initiations au skate, au graff, de matchs de basket en 3x3, de démos de breakdance et de skate.

Le groupe de jeunes, Mountain Brass, se produira à différents moments de la journée alors que Paullisaak, saxophoniste rochois issu de l'EMM clôturera la soirée sur des rythmes techno.

Buvette.

Gratuit.

Ecole Municipale de Musique La Roche-sur-Foron

MusiQue ?

B612 - FESTIVAL ZIK'EN VILLE À LA FOIRE INTERNATIONALE

Dimanche 28 avril • 17h-18h30 • Parc des Expositions

Durant la Foire Internationale Haute-Savoie Mont-Blanc, découvrez en avant-première la programmation 2024 du Festival Zik'en Ville.

B612, venu sur l'édition 2023, proposera un concert rock.

Tarifs : entrée Foire.

Office de Tourisme La Roche-sur-Foron

SCÈNE OUVERTE POUR LA FOIRE INTERNATIONALE

Samedi 4 mai • 16h-18h • Parc des Expositions

Les scènes ouvertes, organisées depuis 2 ans à la MJC, s'exportent vers Rochexpo! Événement idéal pour développer son réseau, prendre de l'assurance sur scène et se faire connaître.

Conditions : votre passage doit être préparé et vous permettre de jouer plusieurs morceaux en intégralité (15-20 min maximum).

Inscriptions: 07 83 68 16 97 ou communication@mjc-cs-larochesurforon.fr

Tarifs : entrée Foire.

MJC Centre Social La Roche-sur-Foron

ASTRA MUSIC FESTIVAL

Samedi 18 mai • 16h-2h • Parc des Expositions

S'inscrivant comme le 1er festival indoor de Haute-Savoie, Astra Music Festival, créé par une association 100 % Rochoise, commence très fort dès sa première édition avec une jauge à 5000 personnes et une programmation mettant en avant des DJs locaux, mais également des DJs connus à l'international, tels que Bakermat, Quentin Mosimann, Dirtyphonics, ou encore Faul & Wad. Il y en aura pour tous les goûts, de la musique live à la house, en passant par l'EDM et la bass music.

Buvette et petite restauration.

Tarifs : de 35 € à 70 €.

Billetterie: www.astramusicfestival.com

Astra la Vista





FESTIVAL PETIT PATAPON

Samedi 06 avril • MJC Centre Social La Roche-sur-Foron

SPECTACLE ENFANTS "LA TOUTE PETITE BOITE DE NUITS"

9h30 : M. Paul et Michel sont les fameux marchands de sable (oui oui ceux des chansons, des comptines et des légendes) et ils vont vous raconter leur fabuleux voyage au pays du dodo! Préparez vos doudous.

Enfants de 0 à 3 ans. Par la Toute Petite Compagnie.

Gratuit.

Réservation : accueil de la Médiathèque.

SPECTACLE ENFANTS "BOITE DE NUITS"

16h30: M. Paul et Michel, les fameux marchands de sable, vont vous expliquer leur métier et qui ils sont. Vous entendrez enfin les différents rythmes du sommeil, vous découvrirez comment ils fabriquent le sable qui correspond à chacun de vos dodos. Tout ce que vous avez toujours rêvé de savoir sur ce 6° continent inexploré qu'est le sommeil vous sera dévoilé!

A partir de 3 ans. Par la Toute Petite Compagnie.

Gratuit.

Réservation : accueil de la Médiathèque.

ANIMATIONS

10h-12h et 14h-18h30 : FRESQUE PARTICIPATIVE

Participez à la création d'une fresque sur le thème du rêve.

Tout public, enfants accompagnés d'un adulte.

Gratuit.

10h-12h et 14h-18h30: CONFECTION ATTRAPE-RÊVE

Fabriquez votre attrape-rêve en vous laissant guider dans l'univers des songes. Enfant de 18 mois à 7 ans, accompagnés d'un adulte. Durée : 30 minutes.

Gratuit.

10h-16h30: LE CHEMIN DANS LE NOIR

Au cœur d'une exposition d'art contemporain, l'objectif de l'atelier est d'appréhender le noir dans un cadre ludique. Tout au long d'un petit chemin dans la pénombre, plusieurs objets du domaine du sommeil attendront les enfants. À eux de toucher, d'écouter et de trouver à quoi cela correspond.

Dès 3 ans. Durée : 10 minutes environ.

Gratuit.

MJC Centre Social et Médiathèque La Roche-sur-Foron



2º SALON DU BIEN-ÊTRE, BIO & THÉRAPIES

Vendredi 5 et samedi 6 avril • 10h-19h Dimanche 7 avril • 10h-18h Parc des Expositions

C'est une invitation zen, à faire une pause que propose cette 2e édition. Avec près de 110 exposants, des conférences, des démonstrations, des ateliers reliés au bien-être, au bio et aux médecines douces. 7 zones pour retrouver la paix intérieure : alimentation, healthy, santé/beauté, formations, bien-être/maison, art et spiritualité, thérapies & arts divinatoires. Chaque journée sera ponctuée de concerts avec une tombola.

Restauration bio et/ou végétarienne.

Tarif: 3 €. Gratuit pour les moins de 18 ans.

Star Com



FORUM DÉPARTEMENTAL DU HANDICAP

Jeudi 11 avril • 9h30-16h30 • Parc des Expositions

L'objectif de cette journée ? Créer un espace inclusif d'échanges et de rencontres pour toutes les personnes concernées par le handicap, ainsi que pour leurs familles, leurs proches et les professionnels impliqués dans leur accompagnement.

Le forum proposera des ateliers et conférences, avec une cinquantaine d'exposants. Gratuit.

Inscriptions: https://survey.hautesavoie.fr/index.php/687234

Département de la Haute-Savoie, Maison Départementale des Personnes Handicapées

2º LE CHÂTEAU ET MOI

Samedi 20 et dimanche 21 avril • 10h-18h • Château de l'Echelle

Pour cette deuxième édition, les pratiques énergétiques sont à l'honneur. Vous pourrez rencontrer des praticiens, prendre soin de vous avec des soins (énergétiques, massages, réflexologie), participer à des conférences et des ateliers, et vous restaurer avec un espace traiteur.

Programme: www.facebook.com/LeChateauEtMoi

Entrée libre.

EMOI

Salons?

FOIRE INTERNATIONALE HAUTE-SAVOIE MONT-BLANC



Du samedi 27 avril au lundi 6 mai • 10h-19h Parc des Expositions

Cette année on monte le son, c'est la musique qui est mise à l'honneur! Pendant 10 jours, rencontrez les exposants, profitez des différentes animations et surtout faites le plein de bonnes affaires, le tout sous un rythme endiablé.

Jeudi 2 mai : journée des seniors.

Vendredi 3 mai : nocturne jusqu'à 23h.

Tarifs:

Adultes 6,50 € ; enfants et étudiants (12 ans et +) 3 €. Gratuit pour les moins de 12 ans.

Rochexpo

ROCHEXPO

SpectAcles?

"MAIS T'AS QUEL ÂGE ?" DE MARION POUVREAU



www.mjc-cs-larochesurforon.fr

Vendredi 12 avril • 20h30 • Salle le Parc

Prix Meilleur Espoir d'Avignon Off 2021, Marion Pouvreau décortique les générations.

Aujourd'hui, les jeunes ont trop le seum, les autres ne comprennent pas ce mot. Les premiers adorent Snapchat, les seconds tentent fièrement d'utiliser WhatsApp. Mais à quel âge tout bascule ? À la première soirée plaid et vin rouge ?

A partir de 7 ans.

Tarifs : 14 €

10 € pour les quotients familiaux <800, étudiants, 18 ans (sur justificatif).

Billetterie:

- Sur internet : www.mic-cs-larochesurforon.fr
- A l'accueil de la MJC Centre Social.
- Sur place 30 minutes avant la représentation.

MJC Centre Social La Roche-sur-Foron

Et aussi 🤊

CONCOURS DE POÉSIE

Jusqu'au samedi 27 avril

Dans le cadre des Semaines d'éducation contre les discriminations et le racisme, un concours de poésie est proposé.

Cette année, le thème est "Les Jeux Olympiques et Paralympiques".

Tout public, dès 10 ans.

Règlement pour participer : https://larochesurforon-mediatheque.fr

Médiathèque La Roche-sur-Foron

TOUS AU COMPOST

Du mardi 3 au samedi 6 avril • Pays Rochois

4 jours pour découvrir le compostage et rencontrer les acteurs du territoire.

Les biodéchets sont une ressource et depuis le 1er janvier 2024, leur tri est obligatoire.

Programme: www.ccpaysrochois.fr/tous-au-compost

Communauté de Communes du Pays Rochois

COLLECTE ALIMENTAIRE

Samedi 13 avril

Dans les communes de La Roche-sur-Foron, Amancy, Arenthon, La Chapelle-Rambaud, Eteaux, Groisy, Pers-Jussy, Reignier, Saint-Pierre-en-Faucigny, Saint-Sixt, Saint-Laurent. *Croix-Rouge Française*

REPAS DANSANT

Samedi 20 avril • 19h30 • Salle polyvalente Amancy

Tarif : 23 €

Réservations : 06 64 36 47 37

De l'Ombre à la Lumière

COMMÉMORATION JOURNÉE NATIONALE DU SOUVENIR DES VICTIMES ET DES HÉROS DE LA DÉPORTATION

Dimanche 28 avril • Place de l'Hôtel de Ville

Ville de La Roche-sur-Foron

LOTO

Dimanche 28 avril • Ouverture des portes 14h • Début des parties 15h30 Espace Armand Bouvard • Saint-Pierre-en-Faucigny

Tarifs: 20 € (1 carton pour 1 personne); 35 € (3 cartons pour 1 personne).

55 ϵ (6 cartons pour 2 personnes). 1 carton offert en prévente.

Réservations : 06 67 70 34 43

Handball Pays Rochois