



# AOUT 2024



## CAP ADOS

### Programme des 11 - 14

#### Horaires :

Tu peux arriver entre 8 h 30 et **9 h 30** *directement à l'Espace Jeunesse*  
ou de 7 h 30 à 8 h 30 au CAP.  
Le soir à partir de 17 h et jusqu'à 18 h 30.

Pour la période estivale, accueil prioritaire pour les journées complètes.

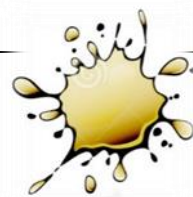
#### Pour venir il faut :

Etre adhérent au CAP (12 €) / Remplir les documents administratifs  
S'inscrire à l'avance avec le règlement des journées



#### Activités permanentes du site :

**A disposition :** Jeux, musique, baby – foot, matériel de sport, billard, ping – pong, matériel de création et de dessin, accessoires de maquillage, de quoi réaliser des ateliers bijoux, bracelets, poscas, bd, livres...



#### Lieu d'accueil :

Espace Jeunesse **CAP ADOS**

01 Avenue de Gaulle 17430 TONNAY – CHARENTE / 05 46 83 17 25

**Téléphone PORTABLE : 07 49 70 65 49 (jours et horaires d'ouverture de l'accueil)**

En fonction des propositions du groupe, la programmation des activités peut évoluer en cours de séjour.

**Siège social de l'association  
Administratif – Réservations –  
Informations - Règlements**

**CAP – Centre Social  
20 Avenue de Gaulle  
17430 TONNAY-CHARENTE  
05 – 46 – 88 – 74 – 12  
www.captonnay.org**



la CAF 17, la MSA, la commune de TONNAY – CHARENTE et le département de la CHARENTE - MARITIME participent au financement de ce lieu d'accueil



En fonction de la météo, des envies des enfants et de l'organisation de notre encadrement, certaines activités ou sorties peuvent être modifiées ou faire l'objet d'adaptations particulières.

En conséquence, la programmation de nos activités pourra évoluer au fur et à mesure du séjour.



### CAP ADOS (Espace 11 / 14 ans)

01 Avenue de Gaulle

- ❖ Lieu d'animation et d'accueil pour les adolescents
- ❖ Accueil périscolaire, mercredis et vacances



Retrouvez les photos, les actualités et les informations sur nos activités :  
PAGE FACEBOOK

<https://www.facebook.com/CAP-Centre-Social-Tonnay-Charente-104019341513574/?>

**Accueil du matin  
(sauf sortie exceptionnelle)**

**7 h 30 / 8 h 30 au CENTRE SOCIAL  
8 h 30 / 9 h 30 (maxi) au CAP ADOS**

Programme réalisé en mai 2024, susceptible d'évoluer selon la disponibilité des réservations en lien avec des prestataires extérieurs, les conditions météorologiques, l'organisation des transports et les envies du groupe

## GROUPE DU CAP ADOS – 11 / 14 ans

Dates	Matin	Prévoir	Après-Midi
Lundi 05 Août	<b>RALLYE CONNAISSANCE</b>  <b>Activités sur les Droits et les Devoirs</b>		<b>GRAND JEU :</b> <b>Capture des drapeaux</b> (Bois de la Jehannière)
Mardi 06 Août	<b>Jeux extérieurs</b>  <b>Atelier manuel (Fresque murale)</b>	<b>Serviette et maillot de bain</b>	<b>SORTIE PISCINE</b> <b>Tonnay – Charente</b>
Mercredi 07 Août	<b>Jeux d'approche et d'affrontement sous le Pont Suspendu</b>	<b>Tenue adaptée à l'activité</b>  <b>Vêtements anciens</b>	<b>SORTIE PAINT BALL</b> <b>à St Laurent de la Prée</b>
Jeudi 08 Août	<b>Activités de création (Fresque murale)</b>  <b>Jeux</b>		<b>Activités sportives au gymnase :</b> <b>Sports avec handicaps</b>
Vend. 09 Août	<b>Sortie parc / plage de PORT D'ENVAUX et LAPIDIALES</b> <b>Baignade / Jeux sur la plage / Activités de plein-air</b>  <b>Prévoir : Pique – nique + Goûter + Eau</b> <b>Protection contre le soleil : Bob / casquette / crème solaire</b> <b>Serviette et maillot de bain</b>  <b>Départ : 9 h 30 / Retour : 18 h</b>		

<b>Accueil du matin (sauf sortie exceptionnelle)</b>	<b>7 h 30 / 8 h 30 au CENTRE SOCIAL</b>
	<b>8 h 30 / 9 h 30 (maxi) au CAP ADOS</b>

Programme réalisé en mai 2024, susceptible d'évoluer selon la disponibilité des réservations en lien avec des prestataires extérieurs, les conditions météorologiques, l'organisation des transports et les envies du groupe

## GROUPE DU CAP ADOS – 11 / 14 ans

Dates	Matin	Prévoir	Après-Midi
Lundi 12 Août	<b>Sortie PISCINE de ST JEAN D'ANGÉLY et parc Baignade / Activités de plein-air / Jeux extérieurs</b>  Prévoir : Pique – nique + Goûter + Eau Protection contre le soleil : Bob / casquette / crème solaire Serviette et maillot de bain  Départ : 9 h 30 / Retour : 17 h 45		
Mardi 13 Août	<b>Activités sportives au gymnase :  Sports collectifs</b>	<b>Serviette et maillot de bain</b>	<b>SORTIE KAYAK à FOURAS</b>  Retour : 18 h 15
Merc. 14 Août	<b>Atelier maquette / modélisme  Jeux sportifs</b>	<b>Serviette et maillot de bain</b>	<b>SORTIE PISCINE Tonnay - Charente</b>

<b>Accueil du matin (sauf sortie exceptionnelle)</b>	<b>7 h 30 / 8 h 30 au CENTRE SOCIAL 8 h 30 / 9 h 30 (maxi) au CAP ADOS</b>
--	--

### Activités permanentes du site :

**A disposition :** Jeux, musique, baby – foot, matériel de sport, billard, ping – pong, matériel de création et de dessin, accessoires de maquillage, de quoi réaliser des ateliers bijoux, bracelets, poscas, bd, livres...



## GROUPE DU CAP ADOS – 11 / 14 ans

Dates	Matin	Prévoir	Après-Midi
Lundi 19 Août	<b>BATTLE</b> <b>« les jeunes ont dû talents »</b> <b>(Activités et jeux d'expression)</b>	<b>Serviette et maillot de bain</b>	<b>SORTIE PISCINE</b> <b>Tonnay - Charente</b>
Mardi 20 Août	<b>Prévoir</b> <b>VÉLO</b> <b>CASQUE</b> <b>GILET</b> <b>FLUO</b>	<b>Journée escapade à vélo dans le Pays Rochefortais :</b> <b>St Hippolyte / Échillais / Pont Transbordeur</b>	
Merc. 21 Août	<b>Sports de combat, danses et gymnastique au gymnase</b>		<b>Activités de création (Fresque murale)</b>
Jeudi 22 Août	<b>JEU DE ROLE GÉANT</b> <b>Durant toute la journée, le groupe d'ados sera embarqué dans une ambiance de jeu où stratégie, coopération, réflexions et alliances... seront au cœur des parties.</b>		
Vend. 23 Août	<b>JOURNÉE AU PARC AQUATIQUE O' GLISS EN VENDÉE</b> <b>Prévoir : Pique – nique + Goûter + Eau</b> <b>Protection contre le soleil : Bob / casquette / crème solaire</b> <b>Serviette et maillot de bain</b>  <b>Départ : 8 h / Retour : 20 h</b>		<b>Supplément pour la sortie = 15 €</b>



Pour la période d'été (selon la chaleur) prévoir chaque jour :

- **Maillot de bain**
- **Serviette**
- **Rechanges**
- **Protection contre le soleil**

**Nous adapterons le programme en fonction de la météo**

Programme réalisé en mai 2024, susceptible d'évoluer selon la disponibilité des réservations en lien avec des prestataires extérieurs, les conditions météorologiques, l'organisation des transports et les envies du groupe

## GROUPE DU CAP ADOS – 11 / 14 ans

Dates	Matin	Prévoir	Après-Midi
Lundi 26 Août	<b>CAP LAN</b> (Atelier autour des jeux vidéo)	<b>Serviette et maillot de bain</b>	<b>SORTIE PISCINE</b> <b>Tonnay - Charente</b>
Mardi 27 Août	<b>Sortie à la PLAGE DE PORT DES BARQUES</b> <b>Baignade / Activités de plein-air / Jeux extérieurs</b>  Prévoir : Pique – nique + Goûter + Eau Protection contre le soleil : Bob / casquette / crème solaire Serviette et maillot de bain  Départ : 9 h 30 / Retour : 17 h 45		
Mercredi 28 Août	<b>Jeux et épreuves intergroupes</b> <b>avec les 3 / 5 ans :</b> Les ados animent des jeux pour les petits	<b>Prévoir</b> <b>VÉLO</b> <b>CASQUE</b> <b>GILET</b> <b>FLUO</b>	<b>EAU – LYMPIADES</b>  (Épreuves, jeux et défis à base d'eau)
Jeudi 29 Août	<b>Compétition entre plusieurs équipes pour la création d'un</b> <b>ESCAPE GAME</b>		<b>Défi des</b> <b>ESCAPE GAME</b>
Vend. 30 Août	<b>Jeux sportifs</b>  <b>ACTIVITÉS</b> à la <b>CARTE</b>	<b>Serviette et maillot de bain</b>	<b>SORTIE PISCINE</b> <b>Tonnay – Charente</b>

<b>Accueil du matin</b> (sauf sortie exceptionnelle)	<b>7 h 30 / 8 h 30 au CENTRE SOCIAL</b>
	<b>8 h 30 / 9 h 30 (maxi) au CAP ADOS</b>

### Activités permanentes du site :

**A disposition :** Jeux, musique, baby – foot, matériel de sport, billard, ping – pong, matériel de création et de dessin, accessoires de maquillage, de quoi réaliser des ateliers bijoux, bracelets, poscas, bd, livres...

Chers Parents,  
nous sollicitons votre bienveillance  
et votre participation pour vérifier **et accentuer le suivi de manière renforcé** les « équipements » nécessaires quand votre enfant participent aux activités ENFANCE / JEUNESSE de notre association

**Gourde  
d'eau**



**Petit sac à dos**  
Avec rechanges  
et vêtement adaptés au temps à la  
température



**Crème solaire**



**Chapeau / Bob / Casquette**



**Pour la période d'été (selon la chaleur) prévoir chaque jour :**



- **Maillot de bain**
- **Serviette**
- **Rechanges**
- **Protection contre le soleil**

... 2024, susceptible d'évoluer selon la disponibilité des réservations en lien avec des  
... rs, les conditions météorologiques, l'organisation des transports et les envies du groupe

**Nous adapterons le programme  
en fonction de la météo**