



Juillet 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, et partir le soir entre 17 h et 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

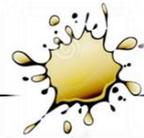
<https://www.facebook.com/CAP-Centre-Social-Tonnay-Charente-104019341513574/?>



GROUPE DU CAP ADOS – 11 / 14 ans

Dates	Matin	Prévoir	Après
Lundi 08 Juillet	Jeux de connaissance Jeux RDV : « Je veux / Je ne veux pas !! »		SORTIE à Saujon : ACTIVITÉ AQUATIQUE
Mardi 09 Juillet	Jeu de rôle Atelier customisation : Tie and dye		Activités sportives au gymnase : ESCRIME / TIR à L'ARC
Mercredi 10 Juillet	Journée d'animation sportives à ROCHEFORT Épreuves / Défis / Jeux sportifs / Tournois Prévoir : Pique – nique + Goûter + Eau + Tenue de sport (vêtements / chaussures) Protection contre le soleil : Bob / casquette / crème solaire		
Jeudi 11 Juillet	LEGO MASTER (Réalisation de tableaux en lego)	Serviette et maillot de bain	PISCINE TONNAY - CHARENTE
Vendredi 12 Juillet	Préparation REPAS ESPAGNOL : « Les bananas cuitas » (Activités autour de la cuisine + décorations par équipe)		Initiation / Démonstration FOOT FREESTYLE avec un intervenant extérieur

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



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 15 Juillet	Prévoir VÉLO CASQUE GILET FLUO		Épreuves / Jeux à vélo : Matin Escapade à vélo : Après - midi
Mardi 16 Juillet	Initiation / Tournoi BADMINTON et sports collectifs au gymnase		Initiation BOULES LYONNAISES et PÉTANQUE avec intervenants associatifs
Merc. 17 Juillet	Fabrication de fusées à eau	Serviette et maillot de bain	PISCINE TONNAY - CHARENTE
Jeudi 18 Juillet	JOURNÉE AU FESTIVAL DES JEUX DE PARTHENAY (79) Prévoir : Pique – nique + Goûter + Eau Protection contre le soleil : Bob / casquette / crème solaire Départ : 8 h 30 / Retour : 18 h 30		
Vend. 19 Juillet	SORTIE à la plage de PORT DES BARQUES Baignade / Pêche à pieds / Jeux sur la plage / Activités de plein-air Prévoir : Pique – nique + Goûter + Eau Protection contre le soleil : Bob / casquette / crème solaire Serviette et maillot de bain Départ : 9 h / Retour : 18 h		



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

GRUPE DU CAP ADOS – 11 / 14 ans



Dates	Matin		Prévoir		
Lundi 22 Juillet	SORTIE à la journée : ACCROBRANCHE				
	Prévoir : Pique – nique + Goûter + Eau Protection contre le soleil : Bob / casquette / crème solaire				
	Départ : 9 h 30 / Retour : 18 h 00				
Mardi 23 Juillet	PISCINE TONNAY - CHARENTE	Atelier CUISINE : Barres de céréales	Serviette et maillot de bain	PISCINE TONNAY - CHARENTE	Atelier CUISINE : SMOOTIES
		Jeux			Jeux
Merc. 24 Juillet	Activités SPORTIVES au gymnase :			Mais où sont les jeunes dans la ville ? (Grand jeu)	
	Pratiques collectifs				
Judi 25 Juillet	SORTIE à la journée : ILE D'AIX				
	Prévoir : Pique – nique + Goûter + Eau Protection contre le soleil : Bob / casquette / crème solaire Serviette et maillot de bain				
	Départ : 8 h 30 / Retour : 18 h 30				
Vend. 26 Juillet	Activités de création sur le thème des JO			JEUX OLYMPIQUES INTERGROUPES	

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

GRUPE DU CAP ADOS – 11 / 14 ans



Dates	Matin	Prévoir	
Lundi 29 Juillet	SORTIE au château de la ROCHE COU Course d'orientation / Visite Prévoir : Pique – nique + Goûter + Eau Protection contre le soleil : Bob / casquette / crème solaire Départ : 9 h 30 / Retour : 18 h 00		
Mardi 30 Juillet	PISCINE TONNAY - CHARENTE	Serviette et maillot de bain	Jeux / Sports Plage de FOURAS
Merc. 31 Juillet	Activités SPORTIVES au gymnase	Serviette et maillot de bain	PADDLE (activité nautique) à Fouras
Jeudi 01 Août	Jeu de rôle collectif sur toute la journée : CLUÉDO GÉANT		
Vend. 02 Août	CHASSE AU TRÉSOR (Énigmes dans la ville)	Serviette et maillot de bain	PISCINE TONNAY - CHARENTE

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

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**

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