CAP JEUNES

ETE 2016

PROGRAMME D'ACTIVITES



CONTACT
Cap'Jeunes - Tour Papegault
06 63 27 70 99
Email : capjeunes@montfort-sur-meu.fr
www.montfort-sur-meu.fr

Retrouve le Cap'jeunes sur Facebook :
Cap'jeunes Montfort

Montfort sur Meu
terre d'éveil

Tous les jours, une animatrice est présente pour vous accueillir, venez donner vos idées !!!

Semaine du 4 au 8 Juillet 2016

	Matin	Après-midi	Soirée
Lundi 4 Juillet	Euro 2016 du Cap'Jeunes (sur console)	Multisports au city stade	-
	Dans la peau d'une esthéticienne (initiation maquillage)		
Mardi 5 Juillet	Euro 2016 du Cap'Jeunes (sur console)	A vos pinceaux!! (Déco de l'espace)	-
	Cuisine Européenne		
Mercredi 6 Juillet	Déco patch	Piscine	-
	Préparation du séjour Merdrignac	Jardins Verticaux	
Jeudi 7 Juillet	Sortie Bowling/cinéma 11h-18h30 Prévoir pique-nique ou argent pour déjeuner sur place		Soirée Euro 2016 19h-23h
	Land' Art	Création de bijoux	
Vendredi 8 Juillet	Kayak sur le Meu **	Tournoi de jeux de société	-
	Tournoi Molky / Palets	Atelier Churros	

** *Test d'aisance aquatique obligatoire!*

Semaine du 11 au 13 Juillet 2016

	Matin	Après-midi	Soirée
Lundi 11 Juillet	Scrapbooking	Piscine	-
Mardi 12 Juillet	Sortie Saint Malo : Géocatching et plage 9h30– 18h30		Soirée Burger et loup garou dans la tour 19h -22h
Mercredi 13 Juillet	Dripping (projeté de peinture)	Kayak sur le Meu **	-

** *Test d'aisance aquatique obligatoire!*

Du 11 au 13 juillet : CAMP Merdrignac

Durant 3 jours et 2 nuits, les jeunes vont pouvoir s'initier à différents pratiques sportives tels que le tir à l'arc, le canoé-kayak, le tchoukball et la course d'orientation.
Lors des temps libres, les jeunes pourront profiter de la piscine et du mini golf sur place .

Semaine du 18 au 22 Juillet 2016

	Matin	**Après**-midi	Soirée
Lundi 18 juillet	Stage avec le Photographe Frédéric MORELLEC *	Dogde Ball (passerelle avec l'accueil de loisirs)	-
	Saint Cast Le Guildo : randonnée et plage 10h00-18h00		
Mardi 19 Juillet	Stage avec le Photographe Frédéric MORELLEC *	Atelier Poterie	-
	Cuisine US : Cheese cake	Bubble Bump à Cap Malo 14h00-17h30	
Mercredi 20 Juillet	Stage avec le Photographe Frédéric MORELLEC *	Quartier d'été à Rennes 14h-23h (prévoir pique nique)	
	Kayak sur le Meu **	Ping Pong	-
Jeudi 21 Juillet	Sortie à Tremelin Aparté (atelier BD)+ Beach soccer/volley 9h00 - 17h30 Prévoir pique-nique		Soirée Bretonne 19h-22h
	Atelier pâte fimo	Médiathèque Lagirafe	
Vendredi 22 Juillet	Initiation GRAFF	Head Band (réalisation en couture)	-
	Piscine	Tournoi billard/baby foot	

** Viens découvrir la transformation de ta photo favorite (numérique) en développement argentique de 9h à 12h30*

*** Test d'aisance aquatique obligatoire!*

Semaine du 25 au 29 Juillet 2016

	Matin	Après-midi	Soirée
Lundi 25 Juillet	Bracelet brésilien / scoubidou	Grand jeu d'enquête policière	-
Mardi 26 Juillet	Journée à Rennes Cité des sciences et rafting 9h00-18h - Prévoir pique nique		Soirée Inversée 19h-22h
Mercredi 27 Juillet	Cuisine : Rainbow cake	Théâtre d'impro Blockout Escalade à Rennes 13h30-18h Prévoir tenue adaptée	-
Jeudi 28 Juillet	Customise tes fringues (apporte un tee-shirt)	Après-midi girly à l'Aquatonic 13h30-17h30 Bonnet de bain obligatoire	Elémentaire mon cher Watson 19h-22h
Vendredi 29 Juillet	Piscine	Disc Golf	-

* * ** *Test d'aisance aquatique obligatoire!*

Semaine du 22 au 26 Août 2016

	Matin	Après-midi	Soirée
Lundi 22 août	Création de bougies	Tresses brésiliennes	-
	Judo / Lutte	Ventryglisse (prévoir une tenue de rechange)	
Mardi 23 août	Journée a Dinan : jeux de piste et balade sur la rance 9h00-18h—Prévoir Pique nique		Soirée initiative jeunes (propose et organise ta soirée avec l'aide d'un animateur)
	Jeux vidéos Médiathèque Lagirafe	Roller	
Mercredi 24 août	Stage cuisine du monde	City stade Multisports	-
	Stage pêche avec l'association Pêche Moderne.com 9h30-12h30	Kayak **	
Jeudi 25 août	Stage cuisine du monde	Piscine	Jeudi tout est permis 19h-22h
	Stage pêche avec l'association Pêche Moderne.com 9h30-12h30		
Vendredi 26 août	Girl power (masques/vernis/ coiffure)	Multi jeux en plein air	-

** *Test d'aisance aquatique obligatoire!*

Tarifs

	ACTIVITES	Cout total payé par la famille					
		QF > 550	QF de 551 à 850	QF de 851 à 1200	QF de 1201 à 1500	QF > 1501	Hors Montfort
	Semaine du 4 au 8 JUILLET						
04-juil	Euro 2016 du Cap Jeunes	2,40 €	2,60 €	2,85 €	3,05 €	3,30 €	3,30 €
04-juil	Dans la peau d'un esthéticienne	2,55 €	2,80 €	3,05 €	3,30 €	3,55 €	3,55 €
04-juil	Multisport (city stade)	2,40 €	2,60 €	2,85 €	3,05 €	3,30 €	3,30 €
05-juil	Coupe d'Europe du Cap Jeunes	2,40 €	2,60 €	2,85 €	3,05 €	3,30 €	3,30 €
05-juil	Cuisine européenne	2,70 €	2,95 €	3,20 €	3,50 €	3,75 €	3,75 €
05-juil	A vos pinceaux	2,40 €	2,60 €	2,85 €	3,05 €	3,30 €	3,30 €
06-juil	Déco patch	2,55 €	2,80 €	3,05 €	3,30 €	3,55 €	3,55 €
06-juil	Pisicne (AM)	2,85 €	3,10 €	3,40 €	3,65 €	3,95 €	3,95 €
06-juil	Jardins verticaux	2,40 €	2,60 €	2,85 €	3,05 €	3,30 €	3,30 €
07-juil	Journée Bowling Ciné	9,45 €	10,35 €	11,25 €	12,20 €	13,10 €	13,10 €
07-juil	Land'Art	2,40 €	2,60 €	2,85 €	3,05 €	3,30 €	3,30 €
07-juil	Création de bijoux	2,65 €	2,90 €	3,20 €	3,45 €	3,70 €	3,70 €
07-juil	Soirée EURO 2016	2,90 €	3,20 €	3,50 €	3,75 €	4,05 €	4,05 €
08-juil	Kayak	3,45 €	3,80 €	4,15 €	4,45 €	4,80 €	4,80 €
08-juil	Tournoi de jeux de société	2,40 €	2,60 €	2,85 €	3,05 €	3,30 €	3,30 €
08-juil	Tournoi de Molky - Palets	2,40 €	2,60 €	2,85 €	3,05 €	3,30 €	3,30 €
08-juil	Atelier Churros	2,55 €	2,80 €	3,05 €	3,30 €	3,55 €	3,55 €
	Semaine du 11 au 13 JUILLET						
11 -13 juil	CAMP Merdrignac	60,10 €	65,95 €	71,80 €	77,60 €	83,45 €	83,45 €
11-juil	Scrapbooking	2,55 €	2,80 €	3,05 €	3,30 €	3,55 €	3,55 €
11-juil	Piscine	2,85 €	3,10 €	3,40 €	3,65 €	3,95 €	3,95 €
12-juil	Sortie Saint Malo	5,40 €	5,90 €	6,45 €	6,95 €	7,50 €	7,50 €
12-juil	Soirée Burger - Loup Garou	2,90 €	3,20 €	3,50 €	3,75 €	4,05 €	4,05 €
13-juil	Dripping	2,55 €	2,80 €	3,05 €	3,30 €	3,55 €	3,55 €
13-juil	Kayak	3,45 €	3,80 €	4,15 €	4,45 €	4,80 €	4,80 €
	Semaine du 18 au 22 JUILLET						
18-juil	Sortie Saint Cast le Guildo	5,40 €	5,90 €	6,45 €	6,95 €	7,50 €	7,50 €
18 -20/07	Stage photo	10,55 €	11,55 €	12,60 €	13,60 €	14,65 €	14,65 €
18-juil	Dodgeball	2,40 €	2,60 €	2,85 €	3,05 €	3,30 €	3,30 €
19-juil	Cuisine US : Cheese Cake	3,45 €	3,80 €	4,15 €	4,45 €	4,80 €	4,80 €
19-juil	Poterie	2,55 €	2,80 €	3,05 €	3,30 €	3,55 €	3,55 €
19-juil	Bubble Bump	9,20 €	10,10 €	11,00 €	11,90 €	12,80 €	12,80 €
19-juil	Soirée Initiative Jeunes	2,90 €	3,20 €	3,50 €	3,75 €	4,05 €	4,05 €
20-juil	Kayak	4,20 €	4,60 €	5,00 €	5,40 €	5,80 €	5,80 €
20-juil	Quartier d'été à Rennes (AM + Soir)	5,65 €	6,20 €	6,75 €	7,30 €	7,85 €	7,85 €
20-juil	Ping Pong	2,40 €	2,60 €	2,85 €	3,05 €	3,30 €	3,30 €
21-juil	Aparté + beach volley - Tremelin	4,45 €	4,85 €	5,30 €	5,75 €	6,15 €	6,15 €
21-juil	Atelier pâte fimo	2,55 €	2,80 €	3,05 €	3,30 €	3,55 €	3,55 €
21-juil	Médiathèque Lagirafe	2,40 €	2,60 €	2,85 €	3,05 €	3,30 €	3,30 €
21-juil	Soirée Bretonne	2,90 €	3,20 €	3,50 €	3,75 €	4,05 €	4,05 €
22-juil	Initiation GRAFF	2,85 €	3,10 €	3,40 €	3,65 €	3,95 €	3,95 €
22-juil	Piscine	2,85 €	3,10 €	3,40 €	3,65 €	3,95 €	3,95 €
22-juil	Tournoi billard/baby foot	2,20 €	2,40 €	2,60 €	2,85 €	3,05 €	3,05 €
22-juil	Atelier couture : Head Band	2,40 €	2,60 €	2,85 €	3,05 €	3,30 €	3,30 €
	Semaine du 25 au 29 JUILLET						
25-juil	Scoobidou / Bracelet brésilien	2,55 €	2,80 €	3,05 €	3,30 €	3,55 €	3,55 €
25-juil	Grand jeu d'enquête policière	2,65 €	2,90 €	3,15 €	3,40 €	3,70 €	3,70 €
26-juil	Sortie Espace des sciences et rafting	8,00 €	8,75 €	9,55 €	10,30 €	11,10 €	11,10 €
26-juil	Soirée inversée	2,90 €	3,20 €	3,50 €	3,75 €	4,05 €	4,05 €
27-juil	Théâtre d'impro	2,40 €	2,60 €	2,85 €	3,05 €	3,30 €	3,30 €
27-juil	Blockout (escalade)	4,50 €	4,95 €	5,40 €	5,80 €	6,25 €	6,25 €
27-juil	Cuisine: Rainbow cake	2,55 €	2,80 €	3,05 €	3,30 €	3,55 €	3,55 €
28-juil	Customise tes fringues	2,55 €	2,80 €	3,05 €	3,30 €	3,55 €	3,55 €
28-juil	Après-midi girly à l'Aquatonic	4,30 €	4,75 €	5,15 €	5,55 €	6,00 €	6,00 €
28-juil	Soirée Elémentaire mon cher Watson	2,90 €	3,20 €	3,50 €	3,75 €	4,05 €	4,05 €
29-juil	Pisicne	2,55 €	2,80 €	3,05 €	3,30 €	3,55 €	3,55 €
29-juil	Disc Golf	2,40 €	2,60 €	2,85 €	3,05 €	3,30 €	3,30 €
	Semaine du22 au 26 AOUT						
22-août	Création de bougie	2,55 €	2,80 €	3,05 €	3,30 €	3,55 €	3,55 €
22-août	Tresses brésiliennes	2,55 €	2,80 €	3,05 €	3,30 €	3,55 €	3,55 €
22-août	Ventry glisse	2,75 €	3,00 €	3,25 €	3,55 €	3,80 €	3,80 €
22-août	Judo/lutte	2,40 €	2,60 €	2,85 €	3,05 €	3,30 €	3,30 €
23-août	Sortie Dinan	9,45 €	10,35 €	11,25 €	12,20 €	13,10 €	13,10 €
23-août	Jeux vidéo : médiathèque	3,00 €	3,25 €	3,55 €	3,85 €	4,15 €	4,15 €
23-août	Roller	2,45 €	2,70 €	2,95 €	3,20 €	3,45 €	3,45 €
24-août	Multisports au city stade	2,40 €	2,60 €	2,85 €	3,05 €	3,30 €	3,30 €
24-août	Kayak	3,45 €	3,80 €	4,15 €	4,45 €	4,80 €	4,80 €
24-25-aoû	Stage pêche	6,55 €	7,20 €	7,85 €	8,45 €	9,10 €	9,10 €
24-25-aoû	Stage cuisine du monde	4,75 €	5,20 €	5,70 €	6,15 €	6,60 €	6,60 €
25-août	Piscine	2,55 €	2,80 €	3,05 €	3,30 €	3,55 €	3,55 €
25-août	Soirée Jeudi tout est permis	2,90 €	3,20 €	3,50 €	3,75 €	4,05 €	4,05 €
26-août	Girl power	2,45 €	2,70 €	2,95 €	3,20 €	3,45 €	3,45 €
26-août	Multi jeux de plein air	2,40 €	2,60 €	2,85 €	3,05 €	3,30 €	3,30 €



Le Cap Jeunes, un espace pour rencontrer, échanger... !

Lieu d'accueil des jeunes de 10 à 17 ans, le Cap Jeunes est un espace de détente, de socialisation et d'ouverture culturelle.

Le local se situe sur le site de la Tour du Papegault, en plein centre ville.

Afin de rendre les jeunes acteurs, l'équipe d'animation a fixé pour objectif la valorisation par la prise d'initiative, les animatrice du Cap Jeunes vous accueille tous les jours de 9h15 à 18h30, si vous souhaitez discuter, proposer des projets, venez donner vos idées...

Comment cela fonctionne ?

Le Cap Jeunes est ouvert du 4 au 29 juillet et du 22 au 26 2016 incluant une fermeture exceptionnelle le 15 juillet.

Le local est ouvert de 9h15 à 18h30, les activités se déroulent de 10h à 12h et de 14h à 17h (sauf activités spécifiées dans le programme).

Possibilité de pique niquer sur place.

Comment et quand s'inscrire ?

Pour faciliter vos démarches, Montfort-sur-Meu vous propose « Montfort F@mille » : un portail Internet sécurisé, destiné aux familles, accessible depuis www.montfort-sur-meu.fr. En créant votre compte, vous pourrez procéder aux inscriptions et régler le paiement de vos factures directement en ligne. Pour accéder aux services du portail, vous devez vous identifier. Si vous ne possédez pas de compte, vous êtes invité à communiquer au plus vite votre adresse électronique à : montfort.famille@montfort-sur-meu.fr qui vous retournera par courriel votre identifiant et votre code d'accès.