

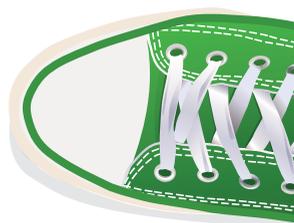
VACANCES FÉVRIER 2018



Le Cap'Jeunes ouvre ses portes aux parents et aux jeunes le **samedi 17 février**, de 10h à 12h ; l'occasion de venir nous rencontrer, poser vos questions, visiter les lieux...

CAP' JEUNES

DES ACTIVITÉS À PARTIR
DE 10 ANS JUSQU'À 17 ANS !



DIY



Montfort
sur Meu
terre d'éveil



Une nouvelle année commence au Cap'Jeunes !



LE CAP'JEUNES, C'EST QUOI ? C'EST POUR QUI ?



**À partir de 10 ans, et jusqu'à 17 ans,
c'est LE lieu qui t'est dédié à Montfort !**



Les mercredi après-midi ou la plupart des jours de la semaine pendant les vacances scolaires, les animateurs jeunesse sont toujours présents pour te proposer un large choix d'activités. Le Cap'Jeunes est ouvert de 9h15 à 18h30. Le midi, viens manger avec nous ! Il y a une cuisine équipée avec four et micro-ondes. Tu peux apporter ton pique-nique ou ton Tupperware !



En période scolaire, tu peux venir tous les mercredi après-midi, de 14h30 à 18h.

En 2017-2018, le Cap'Jeunes s'est fait tout neuf. Les vacances de février seront l'occasion de pouvoir investir les lieux. Et de la place, il y a pour tout le monde !

Au programme de ces vacances : des ateliers « Do it Yourself », des séances « Bouge ton corps », des sorties « Voir Ailleurs », et en exclusivité, de toutes nouvelles activités !... Pendant ces vacances, tu verras aussi sur le planning des créneaux « Mènes le Cap' » : des temps d'accueil dédiés où nous sommes à ta disposition pour mettre en place tes projets de loisirs avec tes potes : sorties, camps d'été, soirées, week-ends... Alors n'hésite plus et viens nous voir avec tes idées ! Si tu as la moindre question, en attendant les vacances, tu peux venir le mercredi après-midi au Cap'Jeunes, à la Tour Papegault.

Au plaisir de te voir !

Nouveau local ! Nouvelles activités !

DÉCOUVRIR ET EXPÉRIMENTER !

Les jeunes sont aussi capables d'être acteurs de leur commune. Ça tombe bien, un local avec plein de possibilités s'offre à vous, et en plus, des animateurs(trices), sont là pour vous aider à y penser et à mettre vos projets sur pied.

Ex. : sorties, café concerts, animations diverses ouvertes au public, spectacles... et toutes les chouettes idées qui te passeraient par la tête....



DEVIENS ORGANISATEUR DU FORUM JEUNESSE !

Les 18,19 et 20 mai prochains, le Cap'Jeunes et la Ville de Montfort-sur-Meu organisent un Forum Jeunesse ; l'occasion d'inaugurer les lieux, de lancer la saison estivale et de trouver une multitude d'informations concernant les jeunes dans une ambiance festive et conviviale !

Et toi, si tu organisais cet évènement, tu voudrais y voir quoi ? Tu serais plutôt pôle communication ou accueil d'artistes ?

Des après-midis sont prévus pendant les vacances pour savoir de quoi il s'agit et commencer à s'organiser... Viens donc y faire un tour !

Nouveau local ! Nouvelles activités !

MÈNE LE CAP !

10 ans passés, tu dois regorger d'idées pour occuper tes vacances ! Pas besoin de planning à la carte, c'est toi qui annonces tes envies. Ces demi-journées te sont réservées. Tu peux venir seul, avec tes potes, avec une proposition, ou par simple curiosité.

Attention ! Ce n'est pas parce qu'il n'y a pas d'activité au programme qu'il ne se passera rien ! Au contraire, y'a toujours quelque chose à faire avec le Cap'Jeunes !



TON ÉTÉ 2018 !

Les 18,19 et 20 mai prochains,

A la recherche d'un job ? Trouve de l'aide pour rédiger lettre de motivation et CV, simuler des entretiens, et explorer les pistes pour savoir où trouver du travail.

Envie de partir en séjour avec des copains ? Les animateurs sont présents pour t'accompagner dans la réflexion et la réalisation de ton projet.

Peut-être, tu y as déjà pensé. Alors viens avec tes papiers et tes idées sur les quelques créneaux « Ton été 2018 » inscrits au programme.



LUNDI 26 FÉVRIER



DO IT YOURSELF !

AMÉNAGE TON CAP'JEUNES

Comme tu as pu le comprendre, le Cap'Jeunes est tout neuf !... Mais il manque un peu de touches décoratives pour le rendre vraiment fun. Aujourd'hui, c'est l'occasion de venir montrer tes talents d'artiste bricoleur. Fabrication de guirlandes lumineuses, réalisation de tableaux originaux, atelier récup... Tout est imaginable !

De 9h30 à 12h30 ou de 14h à 17h30

12 places / 10-17 ans.



BOUGE TON CORPS !

CHOISIS TON SPORT !

RDV au Cap'Jeunes à 9h30. Retour à 12h.

12 places / 10-17 ans



BOUGE TON CORPS !

ESCALADE

Encadrés par un professionnel, nous irons au Block'Out à Rennes. Pense à choisir des vêtements souples et des chaussures de sport fines et propres.

RDV à 14h au Cap'Jeunes. Retour vers 17h30.

8 places / 10-17 ans

MARDI 27 FÉVRIER



VOIR AILLEURS ! **SORTIE À RENNES**

Pour bien commencer la journée, nous irons faire une séance Bowling à Cesson. Le midi, emmène ton pique-nique ou de l'argent pour aller manger au ROADSIDE (Rennes). Après une petite balade dans la ville, nous irons voir le Ciel du Planétarium des Champs Libres. Une belle occasion de découvrir notre Univers et ses constellations !

RDV au Cap Jeunes à 9h. Retour vers 18h30
8 places / 10-17 ans



DO IT YOURSELF ! **RÉALISE TON EXPO PHOTO**

Une jolie exposition manque à notre Cap'Jeunes. Le thème pourra être le tien ! En se baladant dans Montfort, tu pourras prendre les photos, pourquoi pas les retoucher, puis aller les imprimer. Le midi, emmène ta gamelle pour manger tous ensemble.

Toute la journée de 9h30 à 12h30 et de 14h à 17h
12 places / 10-17 ans



CAP' PARTY ! **SOIRÉE DÉFIS-FOUS**

Pour commencer la soirée, viens avec un pique-nique, puis nous nous affronterons en défis à en devenir complètement fous !

De 19h30 à 22h
16 places / 10-17 ans



MERCREDI 28 FÉVRIER



BOUGE TON CORPS !

PISCINE

RDV au Cap'Jeunes à 9h30. Retour à 12h45.

8 places / 10-17 ans

MÈNE LE CAP' !

Les animateurs du Cap'Jeunes t'accueillent de 14h30 à 18h30.



DO IT YOURSELF !

LA FABRIQUE EN PALETTES !

Avec des palettes de récupération, viens fabriquer des meubles intérieurs ou extérieurs. Si tu as des gants de travail chez toi, c'est l'occasion de les sortir. Pense aussi à prévoir ton pique-nique pour le midi.

Toute la journée de 9h30 à 17h30.

12 places /13-17 ans.

JEUDI 1^{ER} MARS



DEVIENS ORGA !

FORUM JEUNESSE

De 19h30 à 12h, au Cap'Jeunes.
13-17 ans



BOUGE TON CORPS !

BADMINTON

RDV au Cap'Jeunes à 9h30. Retour à 12h.
12 places / 10-17 ans

MÈNE LE CAP' !

Les animateurs du Cap'Jeunes t'accueillent de 14h30 à 18h30.



DO IT YOURSELF !

CAP' EN BRICOL' !

Création de bijoux, bracelets brésiliens, fabrication d'attrape rêves, ou ateliers scientifiques... Le matériel disponible au Cap'Jeunes te permettra de réaliser de merveilleuses choses !

12 places / 10-14 ans



CAP' PARTY !

SOIRÉE PIZZA MAISON

De 18h à 22h au Cap'Jeunes
12 places / 10-14 ans



VENDREDI 2 MARS



DO IT YOURSELF !

CAP' EN BOUCHE !

Mettons nos tabliers, et en avant la cuisine ! Mais tout d'abord, s'impose un petit tour au marché de Montfort... Pense à emmener une recette qui t'émoustille les papilles !

De 9h45 à 13h30, au Cap'Jeunes.

12 places / 10-17 ans

MÈNE LE CAP' !

Les animateurs du Cap'Jeunes t'accueillent de 9h30 à 12h.



CAP' ACTI !

THÉÂTRE D'IMPRO !

En commençant par des petits jeux de rôles, cette séance sera l'occasion de s'initier au théâtre d'impro et de révéler tes talents d'acteur !

De 14h à 17h, au Cap'Jeunes.

12 places / 10-14 ans



TON ÉTÉ 2018 !

ON FAIT QUOI CET ÉTÉ ?

De 14h30 à 17h, au Cap'Jeunes.

LES STAGES BOUGE TON CORPS !



BOUGE TON CORPS !

STAGE PATINOIRE

Viens chausser tes patins et glisser en toute tranquillité ! Tous les matins pendant 4 jours, nous irons à la patinoire du Blizz à Rennes. En passerelle avec l'accueil de loisirs, tu auras un temps d'apprentissage, puis un temps de patinage libre. Prévoir gants, chaussettes hautes et vêtements chauds

Les 5, 6, 7 et 8 mars 2018.

RDV à 9h à la Maison de l'Enfance à Montfort. Retour à 13h15, même endroit.
12 places / 10-13 ans



BOUGE TON CORPS !

STAGE FREE RUNNING

Entre Parkour et Acrobaties, le free running est une discipline artistique de déplacement dans des milieux aussi bien urbains que naturels. Mathieu Voidy, intervenant autodidacte en la matière, vient nous proposer un stage de découverte sur deux matinées.

Les 8 et 9 mars 2018.

RDV à 9h au Cap'Jeunes. Retour vers 12h30.
12 places / 10-17 ans.

LUNDI 5 MARS



BOUGE TON CORPS ! ESCAPE GAME

Observation, réflexion, sang-froid et collaboration sont des qualités qu'il nous faudra pour résoudre tous ensemble ce mystère!

Synopsis : Sur les traces d'une mystérieuse organisation, vos recherches vous ont menés à une annonce intrigante : on recherche des cobayes pour une expérience portant sur des mesures de l'intelligence humaine. Gouvernement, multinationales, CIA ????. Qui se cache derrière ? Un seul moyen de le savoir : participer à « l'Expérience ». Relèverez-vous le défi ?

RDV au Cap'Jeunes à 9h. Retour vers 12h.
8 places / Scénario adapté pour les 12-17 ans.
AUTORISATION PARENTALE OBLIGATOIRE

MÈNE LE CAP' !

Les animateurs du Cap'Jeunes t'accueillent de 14h30 à 18h30.



DO IT YOURSELF ! CAP' EN BRICOL' !

Création de bijoux, bracelets brésiliens, fabrication d'attrape rêves, ou ateliers scientifiques... Le matériel disponible au Cap'Jeunes te permettra de réaliser de merveilleuses choses !

12 places / 10-14 ans

MARDI 6 MARS



MÈNE LE CAP' !

Les animateurs du Cap'Jeunes t'accueillent de 9h30 à 12h.



TON ÉTÉ 2018 !

ON FAIT QUOI CET ÉTÉ ?

De 9h30 à 12h au Cap'Jeunes.



VOIR AILLEURS !

SPÉCIAL CAFÉ-CONCERT

Pendant les travaux, les artisans ont dédié une place spéciale pour une scène. Et si le Cap'Jeunes devenait un lieu de spectacle et de concert ? Et si c'est toi qui devenais l'organisateur d'une soirée concert ?

Dans cette optique, on te propose d'aller visiter le bar-café-concert du Champs Commun, à Augan (56). Des bénévoles seront là pour nous raconter l'activité de ce lieu au fonctionnement bien particulier. Nous en profiterons pour passer du temps de loisirs sur place.

RDV au Cap'Jeunes à 14h30. Retour vers 18h30.
8 places / 13-17 ans.



CAP' PARTY !

CRÊPES PARTY EN CHANSONS !

Ce soir, c'est soirée karaoké en mangeant des crêpes...
Rien de plus appétissant !

De 19h30 à 22h, au Cap'Jeunes.
16 places / 10-14 ans.

MERCREDI 7 MARS



VOIR AILLEURS !

SORTIE À SAINT-MALO

Au programme : Géocaching dans le vieux Saint-Malo. A l'aide d'énigmes, nous pourrions retrouver les traces des trésors cachés dans la ville. Pique-nique à emmener. Balade découverte et jeux sur la plage.

RDV au Cap' Jeunes à 9h15. Retour vers 18h30.

8 places / 10-17 ans.

MÈNE LE CAP' !

Les animateurs du Cap'Jeunes t'accueillent de 14h30 à 18h30.



JEUDI 8 MARS



DEVIENS ORGA !

FORUM JEUNESSE

De 14h à 17h30, au Cap'Jeunes.
13-17 ans



BOUGE TON CORPS !

HANDBALL

RDV au Cap'Jeunes à 14h. Retour à 17h30.
12 places / 10-17 ans



CAP' PARTY !

SOIRÉE JEUX

Entre jeux de société, jeux improvisés, jeux télévisés, jeux inventés, le Cap'Jeunes a de quoi satisfaire nos envies de jouer ! Emmène ton pique-nique.

De 19h30 à 22h.
16 places / 10-17 ans.

VENDREDI 9 MARS



TON ÉTÉ 2018 !

ON FAIT QUOI CET ÉTÉ ?

De 9h30 à 12h au Cap'Jeunes.



BOUGE TON CORPS !

JEUX COOPÉRATIFS

Des jeux qui reposent sur l'entraide et la solidarité. La réussite passera par la mobilisation de chacun et la concertation de tous !

RDV au Cap'Jeunes à 14h. Retour à 17h30.

12 places / 10-17 ans



CAP'ACTI !

QUESTIONS DE GENRE

Les garçons aiment le bleu, les filles préfèrent le rose. Les garçons ne pleurent jamais et les filles sont attentionnées.

A l'adolescence, on se pose souvent beaucoup de questions sur ce qui fait de nous un garçon ou une fille... Et ça n'est pas simple tous les jours de trouver son identité ! Cet après-midi, on te propose de venir échanger et jouer en découvrant les stéréotypes et ce qu'ils produisent dans notre quotidien.

De 14h30 à 17h30 au Cap'Jeunes

12 places / 13-17 ans



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
Aménagement Ton Cap'Jeunes 26/02 matin	2,45 €	2,70 €	2,95 €	3,20 €	3,45 €	3,45 €
Aménagement Ton Cap'Jeunes 26/02 après-midi	2,45 €	2,70 €	2,95 €	3,20 €	3,45 €	3,45 €
Sport 26/02	2,65 €	2,90 €	3,15 €	3,40 €	3,70 €	3,70 €
Escalade 26/02	7,05 €	7,75 €	8,45 €	9,10 €	9,80 €	9,80 €
Rennes (Bowling + Champs Libres) 27/02	10,50 €	11,55 €	12,55 €	13,60 €	14,60 €	14,60 €
Expo photo 27/02	5,40 €	5,90 €	6,45 €	6,95 €	7,50 €	7,50 €
Soirée Défi-fous 27/02	2,70 €	2,95 €	3,20 €	3,50 €	3,75 €	3,75 €
Piscine 28/02	2,95 €	3,25 €	3,55 €	3,80 €	4,10 €	4,10 €
Fabrication Meubles Palettes 28/02	5,40 €	5,90 €	6,45 €	6,95 €	7,50 €	7,50 €
Badminton 1/03	2,45 €	2,70 €	2,95 €	3,20 €	3,45 €	3,45 €
Atelier bricolage 1/03	2,45 €	2,70 €	2,95 €	3,20 €	3,45 €	3,45 €
Soirée Pizza Maison 1/03	3,35 €	3,70 €	4,00 €	4,35 €	4,70 €	4,70 €
Cap en Bouche 2/03	3,80 €	4,20 €	4,55 €	4,95 €	5,30 €	5,30 €
Théâtre impro 2/03	2,65 €	2,90 €	3,15 €	3,40 €	3,70 €	3,70 €
Stage patinoire 5-6-7-8/03	20,15 €	22,15 €	24,10 €	26,05 €	28,00 €	28,00 €
Escape game 5/03	5,40 €	5,90 €	6,45 €	6,95 €	7,50 €	7,50 €
Atelier bricolage 5/03	2,45 €	2,70 €	2,95 €	3,20 €	3,45 €	3,45 €
Visite café concert 6/03	4,05 €	4,45 €	4,85 €	5,20 €	5,60 €	5,60 €
Soirée Crêpes-karaoké 6/03	3,10 €	3,40 €	3,70 €	4,00 €	4,30 €	4,30 €
Sortie à Saint Malo 7/03	8,10 €	8,85 €	9,65 €	10,45 €	11,25 €	11,25 €
Handball 7/03	2,45 €	2,70 €	2,95 €	3,20 €	3,45 €	3,45 €
Soirée Jeux	2,70 €	2,95 €	3,20 €	3,50 €	3,75 €	3,75 €
Stage Free Running 8-9/03	6,75 €	7,40 €	8,05 €	8,70 €	9,35 €	9,35 €
Jeux coopératifs 9/03	2,45 €	2,70 €	2,95 €	3,20 €	3,45 €	3,45 €
Questions de genre 09/03	3,35 €	3,70 €	4,00 €	4,35 €	4,70 €	4,70 €



Renseignements et inscriptions :

Solène CAILLEAU :
T. 06 63 27 70 99
solene.cailleau@montfort-sur-meu.fr