



2023 - 2024
PROGRAMME D'ACTIVITÉS
pour enfants et adolescent-es

SOMMAIRE

Avant-propos	5
Objectifs des prestations	6
Introduction	9
Séjours et week-ends (avec nuitées)	
Camps et week-ends	10
Activités en journée (sans nuitées)	
Samedis découvertes	20
Centres aérés	24
Mercredis aérés	25
Cours de natation	26
Activités ponctuelles	27
Tableaux récapitulatifs	28-29
Informations pratiques	30-31

La Fondation Cap Loisirs est subventionnée par :

la Confédération suisse



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

l'Etat de Genève



REPUBLIQUE
ET CANTON
DE GENEVE

La Fondation Cap Loisirs est membre

du Réseau Romand ASA



Réseau Romand ASA

et d'INSOS Genève



Association cantonale des institutions
pour personnes avec handicap

Illustrations programme : Edith Scotti
Illustrations camps : Sandra Husistein

AVANT-PROPOS

Chère participante, Cher participant,
Madame, Monsieur, Chers parents,

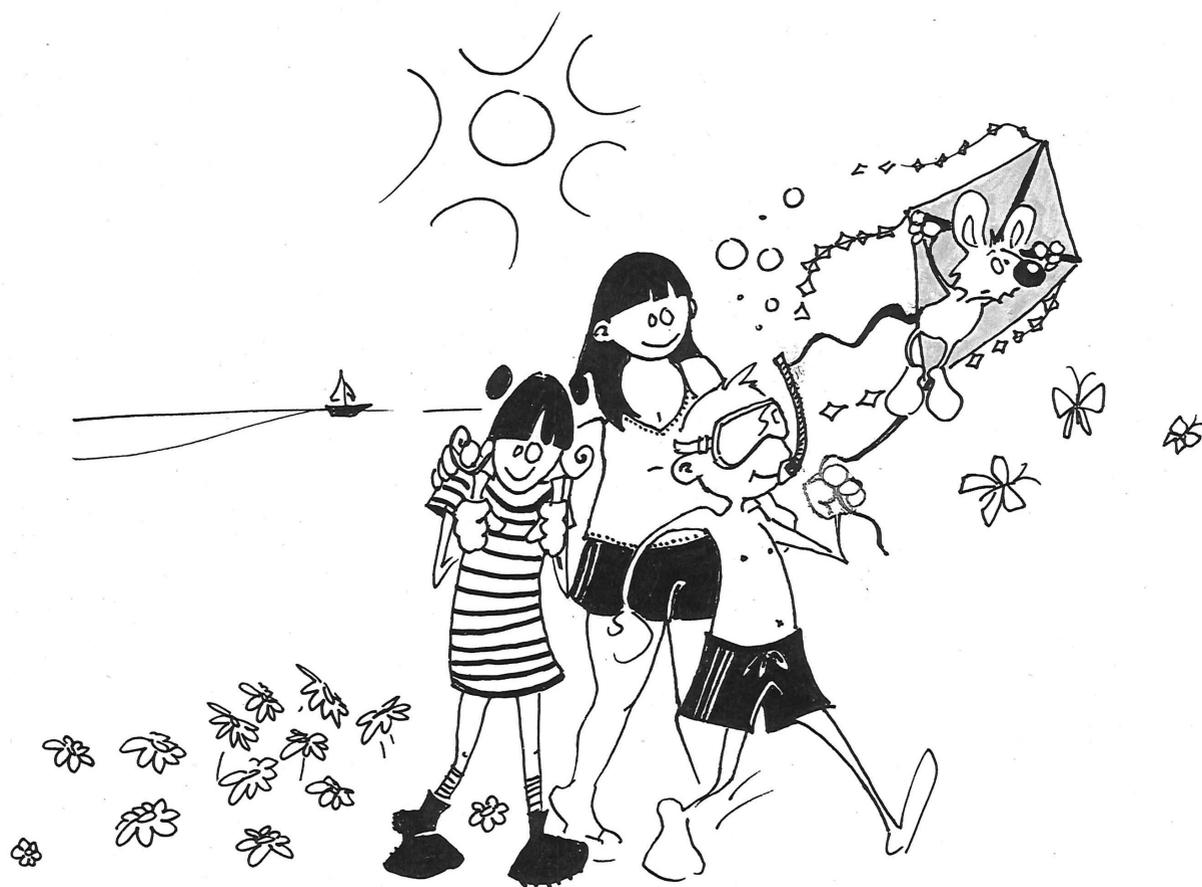
Des couleurs pour égayer la rentrée, des noms de pays lointains pour s'imaginer voyager, des activités sportives pour se défouler et améliorer ses compétences, de l'imaginaire pour stimuler la créativité, ou encore des moments festifs à partager avec ses ami-es... Tout ceci vous le découvrirez à la lecture de ce programme.

Nous vous souhaitons une belle découverte, et vous attendons avec impatience sur nos activités durant lesquelles vous découvrirez encore plein d'autres surprises déjà imaginées (mais pas encore

dévoilées...) par vos animateur-trices et moniteur-trices préféré-es !

Je vous invite à explorer ce programme riche et varié, et vous adresse, au nom de toute l'équipe de Cap Loisirs, mes salutations les meilleures.

Grégoire Labhardt
Directeur



OBJECTIFS DES PRESTATIONS

La Fondation Cap Loisirs a défini deux types d'objectifs: statutaires et spécifiques*.

Les objectifs statutaires sont issus des statuts de la Fondation. Toutes nos prestations et activités y contribuent.

Les objectifs spécifiques, quant à eux, se déclinent de manière transversale à travers nos prestations pour assurer un accompagnement adapté et de qualité auprès des participant.e.s. Les objectifs visés peuvent varier en fonction des besoins de soutien et du type d'activité.

Objectifs statutaires

Autonomie

Contribuer dans différents domaines au renforcement des connaissances et des capacités cognitives et motrices des personnes avec une déficience intellectuelle, afin de favoriser leur indépendance et leur autodétermination.

Inclusion sociale

Contribuer au développement des compétences sociales et relationnelles des personnes avec une déficience intellectuelle et renforcer leur compréhension de l'environnement sociétal afin de favoriser leur inclusion dans la société, leur participation active et reconnue à la vie socioculturelle de leur cité, et l'accès à des loisirs comme tout un chacun.

Formation et développement

Contribuer à l'épanouissement et au bien-être des personnes avec une déficience intellectuelle en promouvant l'acquisition de compétences et connaissances propres, notamment par la pratique de sports et d'activités culturelles ou sensorielles, dans le but de valoriser leur savoir-faire, de renforcer leur confiance en soi, et de leur permettre d'être reconnues.

Soutien aux proches

Assurer un rôle de soutien aux proches aidants et de complémentarité à la prise en charge en institution en offrant aux personnes avec une déficience intellectuelle des activités de loisirs, sport et culture. Permettre ainsi aux parents de se ressourcer, de consacrer du temps à la fratrie, ou de poursuivre leur activité professionnelle, et aux institutions d'offrir des prestations alternatives contribuant au bien-être et au développement de leur.s résident.e.s.

*Les objectifs de Cap Loisirs présentés prennent en compte les statuts de la Fondation ainsi que les concepts spécialisés de l'Office Fédéral des Assurances Sociales (OFAS) et de notre faitière, le Réseau Romand ASA (RRASA), pour la période 2020-2023.

Objectifs spécifiques

Acquisition et apprentissage

Soutenir l'acquisition, le maintien ou le renforcement de compétences, connaissances et savoir-faire nouveaux ou existants. Encourager l'expérimentation et la pratique d'activités culturelles, sportives et de découvertes. Favoriser, quand c'est possible, l'autonomisation de la pratique.

Création et expression

Valoriser la création artistique et l'expression sous forme individuelle ou collective. Créer des conditions propices à leur développement. Nourrir l'imaginaire, stimuler l'élan créateur et enrichir le bagage culturel.

Vivre ensemble et socialisation

Développer les compétences sociales. Familiariser les participant.e.s aux normes et aux codes sociaux utiles à la vie en collectivité. Apprendre à reconnaître et respecter les autres en favorisant le partage et l'effort commun, et en facilitant la création de liens d'amitié et de confiance.

Participation sociale et culturelle

Participer, comme tout un chacun, à la vie de la Cité, autant en tant qu'acteur.trice qu'en tant que consommateur.trice. Sensibiliser la population et faire évoluer les représentations sociales par des actions, communications, projets et événements.

Autodétermination

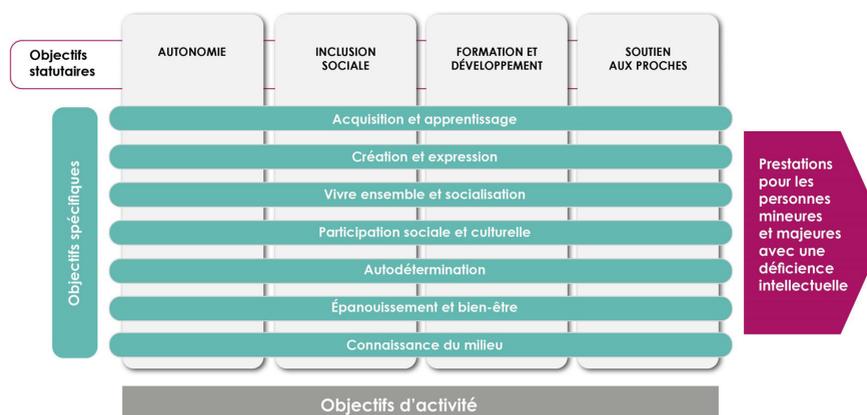
Renforcer les capacités d'agir et de gouverner sa vie dans un but d'autodétermination. Améliorer la concentration et l'écoute, apprendre à se connaître soi-même. Encourager la capacité de faire des choix et de prendre des décisions libres d'influence.

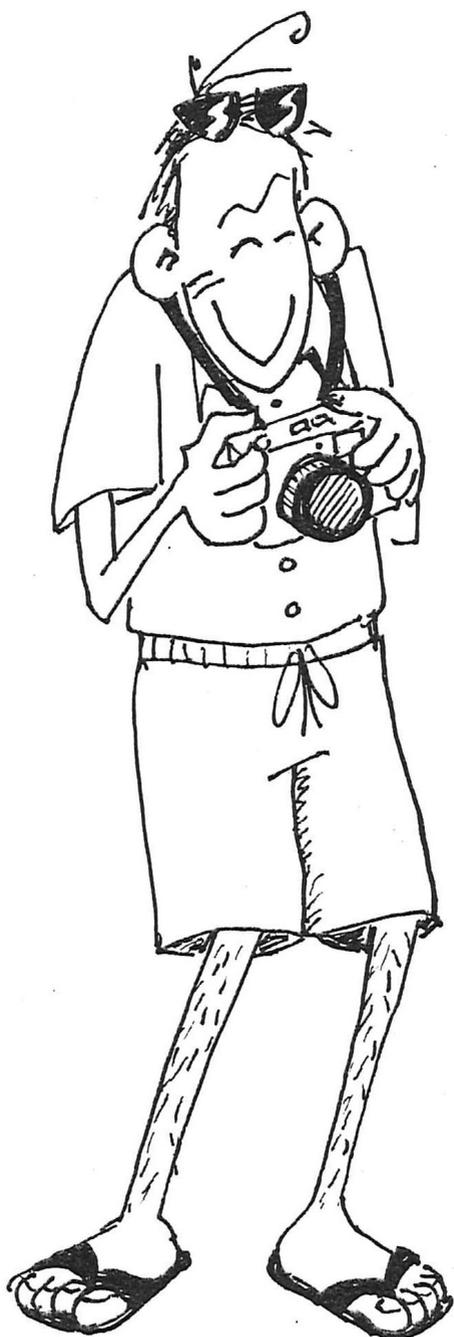
Epanouissement et bien-être

Proposer un cadre ou des activités propices à l'épanouissement et permettant une ouverture aux autres. Développer la conscience corporelle et sensibiliser aux cinq sens. Apprendre à se ressourcer et à se détendre.

Connaissance du milieu

Faire découvrir un environnement ou patrimoine naturel ou urbain. Sensibiliser à l'histoire et à la nature. Permettre aux participant.e.s d'explorer leur culture et d'autres modes de vie, d'interagir avec le milieu, ou de partager des traditions. Vivre des événements significatifs dans les domaines du sport, de la culture ou autre.





Introduction

Les activités proposées se déroulent dans un esprit de rencontre, de partage et de découverte. Nous mettons tout en œuvre pour que les enfants aient du plaisir à y participer.

Nous sommes à leur écoute et adaptons nos activités en fonction de leurs capacités et de leurs limites, tout en tenant compte de la vie de groupe.

Nous faisons en sorte de motiver et stimuler les enfants, notamment à travers la découverte de nouvelles activités et de nouveaux horizons, que ce soit lors de week-ends et de camps avec nuitées (pages 10-19), ou lors d'activités en journée sous une forme régulière ou ponctuelle (pages 20-27).

Ces activités leur permettent notamment d'acquérir de nouvelles compétences et de développer leur autonomie.

Certaines activités, comme le ski de piste, sont reconduites régulièrement pour favoriser l'apprentissage et la progression.

Pour choisir les activités nous vous invitons à échanger avec votre enfant, en tenant compte de ses capacités et de ses envies, tout en l'encourageant à essayer aussi une nouvelle activité.

Nos activités offrent en effet l'occasion unique de lui proposer d'essayer quelque chose de nouveau ! Nous sommes là pour accompagner dans ses nouvelles expériences en douceur et à son rythme.

Pour vous inscrire nous sommes à votre disposition pour vous aider à choisir des séjours ou activités, et à remplir les diverses fiches que nous vous envoyons.

Sauf indication contraire pour certaines activités en journée, **veuillez adresser toutes vos questions liées aux inscriptions à Nathanaëlle :**

Participant·es et participants, contact avec les familles

Nathanaëlle Glaus - 022 561 04 32
(les mardis et jeudis de 10h00 à 17h00)
nathanaelle.glaus@caploisirs.ch

Animation

Eric Kolo - 022 561 04 31
(les mardis et jeudis de 10h00 à 17h00)
eric.kolo@caploisirs.ch

Encadrement

Kalou Wirthner - 022 561 04 33
(les lundis, mardis et jeudis de 10h00 à 17h00)
kalou.wirthner@caploisirs.ch

SÉJOURS ET WEEK-ENDS (avec nuitées)

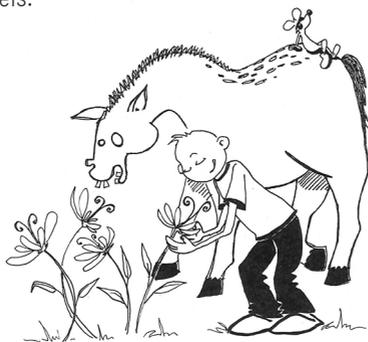
Que la montagne est belle !

Balade facile sur les chemins de montagne de la belle région de la vallée du Trient (Valais), découvertes des fleurs sauvages et visite du zoo alpin des Marécottes où nous pourrons apprendre à reconnaître les animaux qui peuplent nos montagnes.

Balade avec des ânes

Viens avec nous te balader sur les chemins de campagne en compagnie de nos amis les ânes !

Notre guide nous apprendra tout ce qu'il sait sur ces animaux exceptionnels.



Dans l'espace !

Lors de ce week-end, nous nous imaginerons partir dans l'espace !

Avec nos casques d'astronautes, nous visiterons de nouvelles planètes peuplées de créatures étranges.

Le soir, boum des étoiles pour fêter nos découvertes!

Dates : 16 - 17 septembre
Lieu : région Marécottes (VS)
Prix : CHF 220.-
Objectifs : vivre ensemble et socialisation, acquisition et apprentissage

Dates : 23 - 24 septembre
Lieu : Genolier (VD)
Prix : CHF 220.-
Objectifs : vivre ensemble et socialisation, acquisition et apprentissage

Dates : 7 - 8 octobre
Lieu : Genolier (VD)
Prix : CHF 200.-
Objectifs : vivre ensemble et socialisation, création et expression

CAMPS AUTOMNE



Animaux magiques

Ouvre tes yeux et tes oreilles ! N'entends-tu pas les cris et les chants de ces créatures magiques qui habitent la forêt ?

Lors de ce séjour, tels des druides chercheurs, armés de notre imagination et de notre créativité, nous irons à la rencontre de personnages issus de nos contes d'enfances...et plus...chuttt... que la magie opère !

Franches Montagnes et exploration

Nous découvrirons cette magnifique région du Jura et en nous imaginant explorateur-trices de goûts, de sensations et de couleurs.

Au programme : approche du cheval et équitation, balade en char et en train, découvertes nature (étangs, rivières, pâturages), dégustation et fabrication de produits régionaux (tête de moine, toéché et torrée).

Dates : 21 - 27 octobre
Lieu : Chaux-du-Milieu (NE)
Prix : CHF 780.-
Objectifs : vivre ensemble et socialisation, création et expression

Dates : 21 - 27 octobre
Lieu : Franches Montagnes (JU)
Prix : CHF 800.-
Objectifs : vivre ensemble et socialisation, acquisition et apprentissage

A la découverte du Mexique

Si tu rêves d'un séjour festif et coloré, rythmé par divers ateliers (cuisine, danse et musique) inspirés de traditions mexicaines, alors ce week-end est fait pour toi !

Nous confectionnerons aussi une piñata et des masques pour célébrer Halloween à la façon mexicaine.

Basket

Si tu aimes les jeux de ballon, enfile tes baskets et viens nous rejoindre sur le terrain !

Tu pourras t'échauffer avec nous, t'entraîner au dribble, au tir au panier, dans une ambiance fair-play et dans le respect des capacités de chacun.e.

Nous disputerons ensuite quelques matchs festifs.

Boxe et détente

Tu veux te défouler et apprendre les rudiments de la boxe anglaise ? Alors inscris-toi sur ce week-end !

Nous irons dans un club de boxe et le temps d'un week-end nous nous initierons à ce sport qui renforce la confiance en soi. Enfile tes gants !

Et pour se reposer après le sport, rien de tel qu'une petite sortie aux bains thermaux.

Road Trip

Partons à la découverte des Etats-Unis et de sa culture. Les spécialités culinaires (hamburgers, cookies, bagels...), le cinéma ou encore les grands espaces des USA nous ont toujours fait rêver !

Mets ton plus beau de chapeau de cow-boy et viens vivre le rêve américain avec nous.

Dates : 4 - 5 novembre

Lieu : Genolier (VD)

Prix : CHF 200.-

Objectifs : vivre ensemble et socialisation, connaissance du milieu

Dates : 18 - 19 novembre

Lieu : Genolier (VD)

Prix : CHF 200.-

Objectifs : vivre ensemble et socialisation, acquisition et apprentissage

Dates : 2 - 3 décembre

Lieu : Genolier (VD)

Prix : CHF 220.-

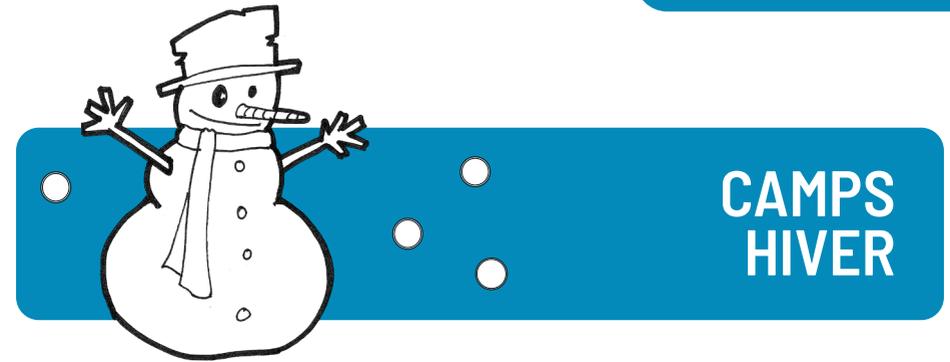
Objectifs : vivre ensemble et socialisation, acquisition et apprentissage

Dates : 16 - 17 décembre

Lieu : Genolier (VD)

Prix : CHF 200.-

Objectifs : vivre ensemble et socialisation, acquisition et apprentissage



Ski et luge dans le Valais

Partons dévaler les pistes à ski ou en luge !

Ce séjour accueillera trois groupes : ski débutant, ski confirmé ainsi qu'un groupe de luge. Les skieurs et les skieuses pourront améliorer leur technique, avec le soutien de notre équipe formée en ski adapté.

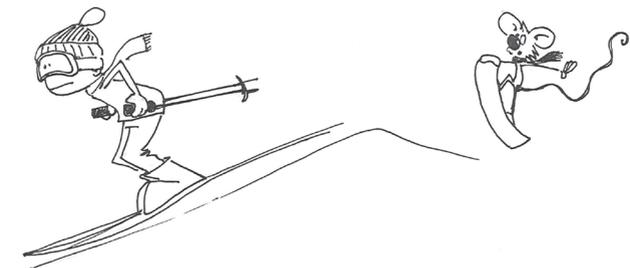
Pendant ce temps, lugeurs et lugeuses s'initieront aux joies de la glisse avec leur super luge !

Dates : 1 - 6 janvier

Lieu : Sembrancher (VS)

Prix : CHF 780.- (ski)
CHF 680.- (luge)

Objectifs : vivre ensemble et socialisation, acquisition et apprentissage



Court métrage et comédie Cap ! Ça tourne ! Fais ton cinéma !

Tu as toujours rêvé de faire ton cinéma ? Lors de ce séjour nous nous adonnerons aux joies du 7^{ème} art.

Que ce soit devant ou derrière la caméra, nous découvrirons toute la magie du cinéma. Nous reviendrons avec un court métrage (petit film) en boîte que nous aurons réalisé ensemble.

Silence ! Ça tourne !

Dates : 1 - 6 janvier

Lieu : Jorat-Mézières (VD)

Prix : CHF 680.-

Objectifs : vivre ensemble et socialisation, création et expression

Ski et luge dans le Valais

Allons glisser ensemble sur les pistes enneigées que ce soit à ski ou en luge.

Tu pourras progresser à ski ou te faire plaisir sur une luge avec tes copains et tes copines.

Dates : 20 - 21 janvier

Lieu : Sembrancher (VS)

Prix : CHF 250.- (ski)
CHF 220.- (luge)

Objectifs : vivre ensemble et socialisation, acquisition et apprentissage

Bien-être et détente

Quoi de plus agréable que de lâcher prise le temps d'un week-end !

Au programme, massages, bains thermaux et randonnées douces.

Zen attitude garantie !

Dates : 27 - 28 janvier

Lieu : Jorat-Mézières (VD)

Prix : CHF 220.-

Objectifs : épanouissement et bien-être, vivre ensemble et socialisation

Ski et luge à Berne

Sur tes lattes ou en luge, viens dévaler les pentes enneigées avec tes ami-es ! Vertes, bleues ou rouges, tout sera possible selon ton niveau.

Tu pourras aussi progresser grâce au soutien de notre équipe formée en ski adapté.

Nous visiterons également le Palais des Glaces dans la région du lac Noir.

Dates : 3 - 4 février

Lieu : Rüti bei Riggisberg (BE)

Prix : CHF 250.- (ski)
CHF 220.- (luge)

Objectifs : vivre ensemble et socialisation, acquisition et apprentissage

Bien-être et massages

Tout un week-end dédié au bien-être et à la détente où nous découvrirons différentes formes de massages, comme le « do-in », le Shiatsu et les massages sonores.

Une sortie aux bains thermaux est également prévue.

Dates : 10 - 11 février

Lieu : Genolier (VD)

Prix : CHF 220.-

Objectifs : épanouissement et bien-être, vivre ensemble et socialisation



CAMPS FÉVRIER

Carnaval !

Durant ces quelques jours, nous vivrons au rythme du carnaval. C'est dans cette ambiance festive que nous réaliserons nos animations.

Au programme : défilé, paillettes, plumes et tambours !

Que la fête commence !!!

Dates : 17 - 23 février

Lieu : Châtel-St-Denis (FR)

Prix : CHF 780.-

Objectifs : vivre ensemble et socialisation, création et expression

Ski et luge dans l'Oberland bernois

Un séjour hivernal dans un paysage somptueux.

Viens profiter de la montagne, de la neige, du soleil et avec tes camarades !

Nous découvrirons la région et dévalerons les belles pistes enneigées de l'Oberland bernois. L'équipe de Cap Loisirs sera là pour te guider dans l'apprentissage du ski et la maîtrise de la luge.

Dates : 17 - 23 février

Lieu : Beatenberg (BE)

Prix : CHF 825.- (ski)
CHF 780.- (luge)

Objectifs : vivre ensemble et socialisation, acquisition et apprentissage



Ski et luge dans le Valais

Partons dévaler les pistes en luge ou à ski avec l'équipe de Cap Loisirs ! Nos moniteurs sont formés au ski adapté.

Dates : 9 - 10 mars
Lieu : Sembrancher (VS)
Prix : CHF 250.- (ski)
 CHF 220.- (luge)

Objectifs : vivre ensemble et socialisation, acquisition et apprentissage

Karoké et paillettes

Tu veux devenir une star de la chanson ou tu aimes seulement chanter sous ta douche ?

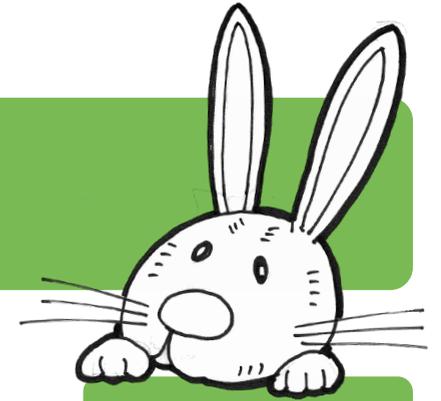
Ce week-end est pour toi !

Nous nous mettrons en scène sur nos tubes et chansons préférés !

Dates : 16 - 17 mars
Lieu : Jussy (GE)
Prix : CHF 210.-
Objectifs : vivre ensemble et socialisation, création et expression



CAMPES PÂQUES



Multisports et Olympiades

Cours, saute, lance et rigole !

Ce week-end sera dédié aux sports sous toutes ses formes. Il y en aura pour tous les goûts : pour les fans de compétition comme pour les sportives et sportifs du dimanche.

A vos marques ! Prêts ? Départ !

Dates : 6 - 12 avril
Lieu : Chaux-du-Milieu (NE)
Prix : CHF 780.-
Objectifs : vivre ensemble et socialisation, acquisition et apprentissage

Découvrons la culture japonaise

Le Japon, c'est le pays du soleil levant, des films d'animation, des Sumos, de la calligraphie, de l'ikebana, des cerisiers, des kimonos, des origamis et des carpes koï (un poisson légendaire qui symbolise le courage, la bravoure et l'amour).

Si tu veux en savoir plus, viens alors découvrir cet univers incroyable avec nous durant ce séjour.

Dates : 6 - 12 avril
Lieu : Val-de-Ruz (NE)
Prix : CHF 780.-
Objectifs : vivre ensemble et socialisation, acquisition et apprentissage

Football

Tu aimes les tirs au but, les dribbles ou simplement faire des passes, alors ce week-end est fait pour toi.

Foot sur l'herbe ou foot en salle selon la météo, tu vas pouvoir t'entraîner, améliorer ta technique et te dépenser sans compter !

Dates : 27 - 28 avril
Lieu : Genolier (VD)
Prix : CHF 220.-
Objectifs : vivre ensemble et socialisation, acquisition et apprentissage

Dance, Parkour et Flashmob

Viens t'initier aux plaisirs des musiques alternatives et t'imprégner de la culture de la rue.

Au programme : ateliers de house dance, parkour et flashmob dans la rue.

Dates : 4 - 5 mai
Lieu : Genolier (Vaud)
Prix : CHF 200.-
Objectifs : vivre ensemble et socialisation, acquisition et apprentissage

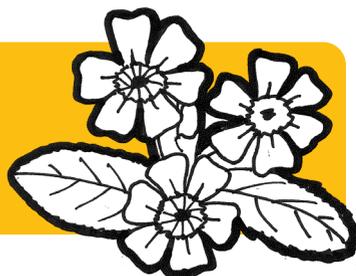
Musique et percussions

Wahow! Quel bonheur de s'exprimer en jouant de la musique ! Ces trois jours seront dédiés à la pratique des percussions africaines. Nous constituerons des cercles de percussions dans lesquels chacun et chacune trouvera sa place à son rythme.

La fin du séjour sera marquée par un spectacle pour les familles.

Dates : 18 - 20 mai
Lieu : Genolier (VD)
Prix : CHF 330.-
Objectifs : acquisition et apprentissage, création et expression, vivre ensemble et socialisation

CAMPS ASCENSION



Ça roule !

Nous profiterons des jolis chemins sécurisés et sans voiture du Val-de-Travers pour faire des balades en trottinette et nous initier à la pratique du vélo adapté.

Escapades nature, luge d'été et tourisme dans la région sont également au programme.

Dates : 9 - 12 mai
Lieu : Val-de-Travers (NE)
Prix : CHF 440.-
Objectifs : vivre ensemble et socialisation, acquisition et apprentissage

LA boum de l'été

Viens faire la fête avec tes potes pour célébrer l'arrivée de l'été !!!

On fera de la peinture, on organisera des boums et on se fera des bons repas.

Le bonheur est dans les choses simples.

Dates : 1 - 2 juin
Lieu : Jussy (GE)
Prix : CHF 210.-
Objectifs : vivre ensemble et socialisation, création et expression

L'Himalaya !

C'est dans le Val d'Hérens que nous partirons à la rencontre d'une éleveuse de Yaks, des animaux originaires de l'Himalaya.

Nous apprendrons comment les hommes des montagnes partagent leurs journées avec ces grands ruminants qui leur procurent presque tout ce dont ils ont besoin (lait, viande, laine, feutre...).

Durant ce séjour, nous nous imprégnerons du mode de vie et de la culture nomade.

Dates : 9 - 12 mai
Lieu : Val d'Hérens (VS)
Prix : CHF 440.-
Objectifs : vivre ensemble et socialisation, acquisition et apprentissage

Pirates ! Hissez la Grand Voile !

Durant ce week-end, nous découvrirons le monde des pirates au travers d'ateliers déguisements, de contes et de chansons. Nous hisserons le drapeau pirate au sommet du mât avant de partir naviguer sur les flots du lac Léman.

Nous nous initierons aussi à la voile.



Dates : 15 - 16 juin
Lieu : Genolier (VD)
Prix : CHF 210.-
Objectifs : acquisition et apprentissage, création et expression

ACTIVITES EN JOURNEE (sans nuitées)

Samedis découverte

Nous vous proposons 11 journées de loisirs durant l'année scolaire pendant lesquelles les enfants et adolescent.e.s pourront faire connaissance avec Cap Loisirs ou découvrir une nouvelle activité. Ces journées sont ouvertes à tou.te.s.

Journée Fête foraine aux Grottes !

Une journée pour s'amuser dans le quartier des Grottes, qui sera transformé en grande fête foraine, avec des saltimbanques, des manèges, des magiciens et peut-être même des « montreuses d'ours » ?!

Nous pourrons aussi partager des moments de rencontres pleins de magie avec les artistes et les forains.

Date : 30 septembre

Lieu : Genève

Prix : CHF 70.-

Objectifs : participation sociale et culturelle, vivre ensemble et socialisation

Journée Escalade

Tu aimes grimper ? Tu ne l'as jamais fait mais ça te fait bien envie ?

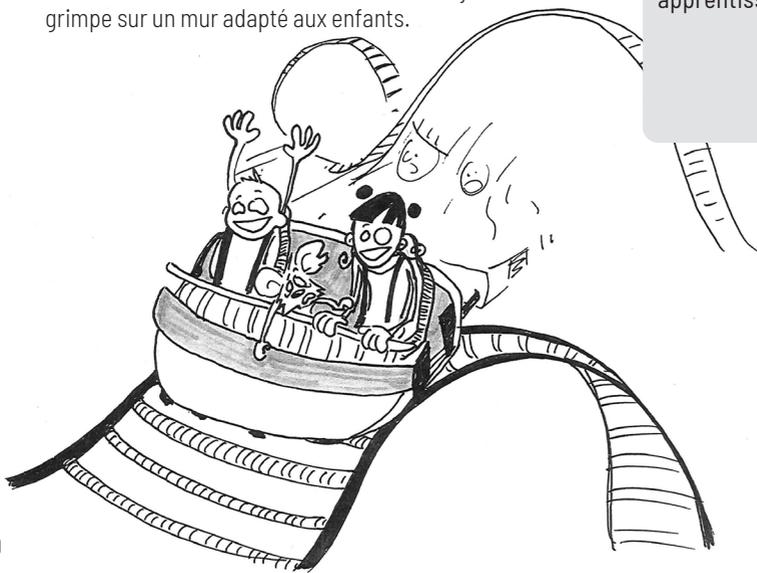
Alors viens découvrir, en toute sécurité, les joies de la grimpe sur un mur adapté aux enfants.

Date : 14 octobre

Lieu : Genève

Prix : CHF 75.-

Objectif : acquisition et apprentissage



Journée Grand Théâtre

Viens découvrir, le temps d'une journée, les coulisses d'un grand théâtre, des costumes à l'éclairage et encore du maquillage... Pousse le rideau rouge et émerveille-toi de ce monde féérique qui est caché derrière la scène !

Une médiatrice culturelle nous accompagnera tout au long de cette visite.

Date : 11 novembre

Lieu : Genève

Prix : CHF 70.-

Objectifs : acquisition et apprentissage, connaissance du milieu

Journée Chocolat

Nous profiterons de cette journée pour visiter le laboratoire d'un chocolatier et confectionner ensuite de délicieuses surprises chocolatées que nous dégusterons avec gourmandise !

Date : 25 novembre

Lieu : Genève

Prix : CHF 70.-

Objectif : acquisition et apprentissage

Journée Aéroport et bains thermaux

Petite journée pour prendre un peu de hauteur et pour se détendre.

Nous irons visiter les coulisses de l'aéroport international de Genève. Puis, pour nous réchauffer, nous nous prélasserons dans les bains chauds.

Date : 9 décembre

Lieu : Genève

Prix : CHF 80.-

Objectifs : connaissance du milieu, épanouissement et bien-être

Journée Fun-Lift

Journée à la neige à Saint-Cergue où nous pourrions découvrir les joies de la glisse en bouée gonflable et en luge, grâce au Fun-Lift de la Trélasse.

Date : 13 janvier
Lieu : Saint-Cergue
Prix : CHF 80.-
Objectifs : vivre ensemble et socialisation, acquisition et apprentissage

Journée Bains thermaux

Et hop ! Toutes et tous aux bains !

Après l'accueil, nous nous raconterons des histoires, ferons quelques jeux pour apprendre à nous connaître et nous partirons aux bains thermaux pour nous détendre et nous amuser.

Date : 2 mars
Lieu : Genève et Vaud
Prix : CHF 80.-
Objectifs : épanouissement et bien-être, vivre ensemble et socialisation

Journée Bains de Cressy et Musée

Nous découvrirons le Musée d'Ethnographie de Genève (MEG) avec un-e médiateur-trice, pour une visite thématique amusante et un atelier découverte.

Ensuite, départ pour les bains de Cressy pour fêter l'arrivée du printemps dans les bulles.

Date : 23 mars
Lieu : Genève
Prix : CHF 80.-
Objectifs : épanouissement et bien-être, acquisition et apprentissage

Journée à la ferme

Un grand bol d'air frais, des poules qui chantent, des légumes multicolores et des champs à perte de vue !

Voici en quelques mots le résumé de notre journée qui aura lieu à la ferme du Petit Bochet à Gimel, sur les dessus de Rolle.

Date : 20 avril
Lieu : Vaud
Prix : CHF 75.-
Objectifs : connaissance du milieu, acquisition et apprentissage

Journée Petit train

Après une balade en train au départ de Blonay, nous visiterons le musée du chemin de fer Blonay-Chamby avec ses locomotives centenaires !

Une journée d'excursion à partager entre ami-es.

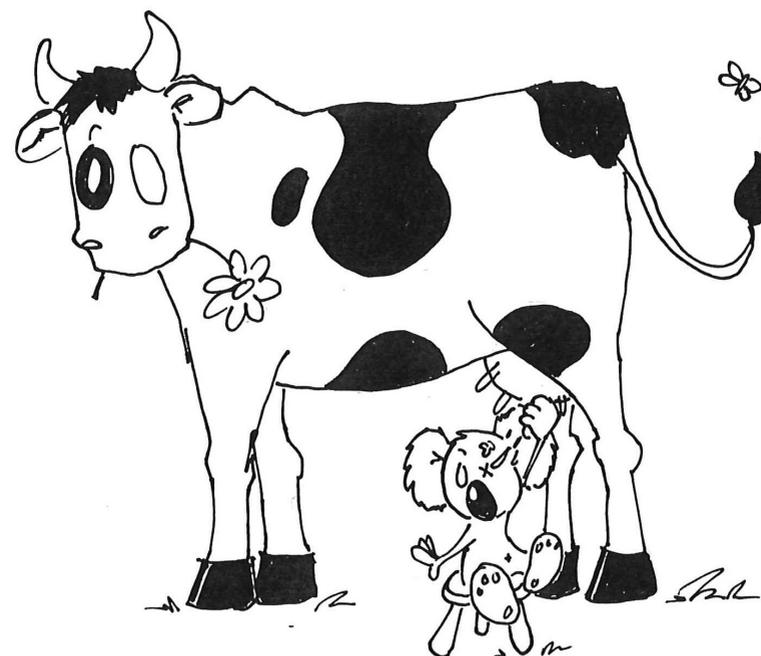
Date : 25 mai
Lieu : Vaud
Prix : CHF 80.-
Objectifs : vivre ensemble et socialisation, acquisition et apprentissage

Journée Yoddle et paddle

Jeux d'eau et initiation au paddle tout en yoddlant à tue-tête comme Heidi.

Si tu aimes l'eau et le lac, alors enfile vite ton maillot de bain, prends ton linge et rejoins-nous pour aller ramer, plonger, se gicler ou simplement nager avec les copines et les copains !

Date : 8 juin
Lieu : Genève
Prix : CHF 70.-
Objectif : acquisition et apprentissage



Centres aérés

pour les enfants et jeunes de 4 à 18 ans

Si tu aimes retrouver tes ami.e.s chaque matin et rentrer chez toi le soir, te divertir dans la détente et la bonne humeur, alors rejoins le centre aéré!

Les activités, multiples et variées, sont élaborées à partir de thèmes d'animation tels que découvertes sportives, créatrices et culturelles.

Elles se déroulent **du lundi au vendredi de 8h30 à 17h30**.

Les informations détaillées des journées vous parviendront via une feuille de route.

Objectifs

Vivre ensemble et socialisation
Participation sociale et culturelle

Centre aéré d'automne

Dates: 23 - 27 octobre (5 jours)

Lieu: Genève

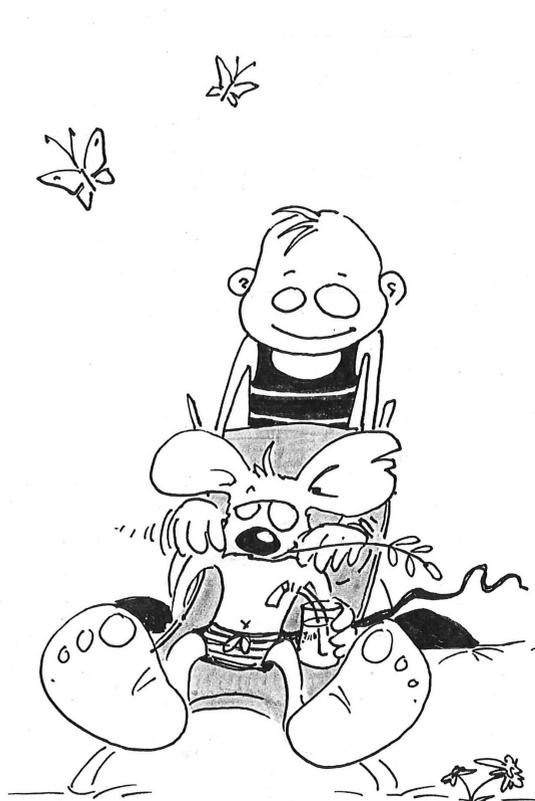
Prix: CHF 300.-

Centre aéré de printemps

Dates: 2 - 5 avril (4 jours)

Lieu: Genève

Prix: CHF 240.-



Contact

Nathanaëlle Glaus - 022 561 04 32
(les mardis et jeudis de 10h à 17h)
nathanaelle.glaus@caploisirs.ch

Mercredis aérés

pour les enfants et jeunes de 10 à 18 ans

Nous proposons aux jeunes de 10 à 18 ans des journées de loisirs les mercredis.

Les activités sont élaborées à partir de thèmes d'animation variés tels que découvertes sportives, culturelles et créatrices. Pour ce faire, nos équipes d'animation collaborent avec les différentes structures sportives et culturelles genevoises. Ainsi, nous proposons aux jeunes des moments conviviaux de loisirs, d'échanges enrichissants, de socialisation et d'inclusion dans la cité.

Objectifs

Vivre ensemble et socialisation
Participation sociale et culturelle

Date et horaires

Les mercredis aérés se dérouleront **du 30 août 2023 au 19 juin 2024** chaque semaine, de **11h30 à 17h30**, sauf pendant les vacances scolaires.

Lieu

Genève

Prix

CHF 174.- par mois, soit CHF 1'740 par année, facturé en deux fois.

Contact

Kalou Wirthner - 022 561 04 33
(les lundis, mardis et jeudis de 10h à 17h)
kalou.wirthner@caploisirs.ch

Cours de natation

pour les enfants et jeunes de 5 à 18 ans

La piscine des Contamines est parfaitement adaptée pour se «jeter à l'eau» et découvrir le plaisir de la nage. Si vous avez envie de vous mouiller, d'apprendre à nager à travers des jeux aquatiques, alors rejoignez-nous. Les cours de natation durent 40 minutes.

Les cours se déroulent sur deux créneaux :

le jeudi de 17h00 à 17h40 ou de 17h50 à 18h30

Les créneaux horaires sont à choix, sous réserve des disponibilités.

Les cours se suivent donc merci de venir un peu en avance dans les vestiaires afin d'être dans l'eau à l'heure prévue.

Objectif

Acquisition et apprentissage

Nos cours permettent de développer coordination des mouvements, rythmique, apprentissage de la respiration et confiance en ses propres capacités dans un environnement différent.

L'ambiance est détendue. L'équipe d'encadrement prend en charge les particularités de chacun et chacune afin de développer les capacités à un rythme adapté.

Prix

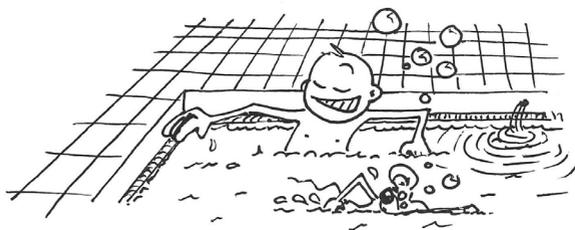
CHF 525.- par année scolaire, environ 33 séances, facturé en deux fois.

Dates

du 14 septembre 2023 au 13 juin 2024

Contact

David Mekis - 022 561 04 42
(le lundi de 11h à 17h)
david.mekis@caploisirs.ch



Activités ponctuelles

en collaboration avec le secteur adultes - dès 16 ans

Se divertir dans la cité

Nous proposons des activités culturelles, sportives ou de loisirs en nous appuyant sur l'offre riche de la Cité. Ce programme trimestriel « La Cité et Cap Loisirs » est accessible sur notre site internet ou sur demande.

Si ces offres vous intéressent, merci de nous le signaler sur votre feuille d'inscription.

Objectifs

Connaissance du milieu
Participation sociale et culturelle

Dates et horaires

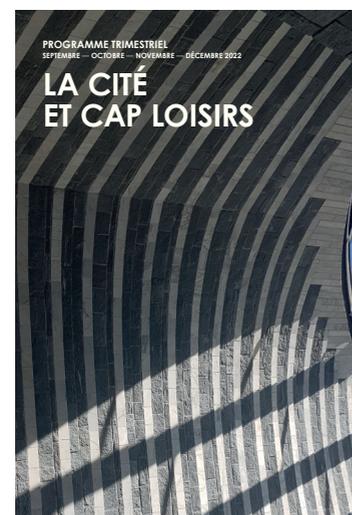
Programme trimestriel
et choix de participation ponctuelle

Lieu

Genève et environ

Contact

Alice Créte - 022 561 05 51
(les lundis, mardis et jeudis de 10h à 17h)
alice.crete@caploisirs.ch



LA CITÉ ET CAP LOISIRS	SEPTEMBRE — OCTOBRE — NOVEMBRE — DÉCEMBRE 2022
DIJANACHE 25 SEPT.	Remède vivant du dimanche / Le Vile est à vous / Le Vile est à vous comme les autres des Pôles. Il y a des concerts et des animations. Et bien sûr le Régionalisme vété-général.
LUNDI 9 OCT.	Jeudi au Vieux chez les voisins / Jeudi de l'école / L'après-midi de lundi est dédié au plaisir de l'écriture. Nous nous réunissons dans une salle de la Cité pour partager nos idées et nos projets.
MERCREDI 12 OCT.	Soirée après-concert / Partagez votre / Vous allez partager votre plaisir de la musique. Venez nous rejoindre pour un concert de la Cité.
JEDI 20 OCT.	Soirée resto-musée / Exposition La Montagne / Vous venez la montagne ? Les amitiés sont depuis longtemps elle est représentée en image. Venez nous rejoindre pour un repas et un musée.
VENREDI 21 OCT.	On sort entre amis / Spécialité de saison / Spécialité de saison à l'extérieur. Au Musée vous pouvez nous faire découvrir des univers artistiques.
SAUCI 22 OCT.	Faire ensemble notre vie / Bibliothèque des Deux Villes / Quel est votre livre préféré ? Nous allons parler de la lecture et de nos livres préférés. Ensuite nous allons regarder un podcast.
SAUCI 8 NOV.	Remède vivant du week-end / Comédie musicale / Spécialité de la semaine de la Cité. Il y a une présentation de comédies et d'opérettes. C'est musical et coloré comme une comédie musicale.
LUNDI 7 NOV.	Jeudi au Vieux chez nos voisins / Atelier de sculpture / L'après-midi de lundi est dédié à l'écriture. Nous nous réunissons dans une salle de la Cité pour partager nos idées et nos projets.
SAUCI 12 NOV.	Faire ensemble notre vie / Bibliothèque des Deux Villes / Quel est votre livre préféré ? Nous allons parler de la lecture et de nos livres préférés. Ensuite nous allons regarder un podcast.
MARDI 15 NOV.	Soirée sportive / Match de hockey / Cap Loisirs avec l'équipe de l'Union de la Cité. Le Genève Sarvet Hockey Club rejoint la Cité de Genève. Nous nous réunissons pour un match de hockey.
VENREDI 2 DEC.	On sort entre amis / Festive de l'école / L'après-midi de vendredi est dédié à l'écriture. Nous nous réunissons dans une salle de la Cité pour partager nos idées et nos projets. Ce moment est dédié à la lecture et à la musique.
SAUCI 2 DEC.	Soirée de l'école / Course de la semaine / La course de la semaine est un projet avec des élèves. Ce moment est dédié à la lecture et à la musique. Vous pouvez venir en famille ou avec des amis.
LUNDI 5 DEC.	Jeudi au Vieux chez nos voisins / Atelier d'écriture / L'après-midi de lundi est dédié à l'écriture. Nous nous réunissons dans une salle de la Cité pour partager nos idées et nos projets.
SAUCI 17 DEC.	Soirée de l'école / Réunion à Cap Loisirs / Vous venez la montagne ? Les amitiés sont depuis longtemps elle est représentée en image. Venez nous rejoindre pour un repas et un musée.

Tableau récapitulatif des séjours

Mois	Dates	Lieux	Animation
Septembre	16 - 17	région des Marécottes	Que la montagne est belle !
	23 - 24	Genolier	Balades avec des ânes
Octobre	7 - 8	Genolier	Dans l'espace !
	21 - 27	Chaux-du-Milieu	Camp : Animaux magiques
	21 - 27	Franches Montagnes	Camp : Franches Montagnes et exploration
Novembre	4 - 5	Genolier	A la découverte du Mexique
	18 - 19	Genolier	Basket
Décembre	2 - 3	Genolier	Boxe et détente
	16 - 17	Genolier	Road Trip
Janvier	1 - 6	Sembrancher	Camp : Ski et luge dans le Valais
	1 - 6	Jorat-Mézières	Camp : Court métrage et comédie
	20 - 21	Sembrancher	Ski et luge dans le Valais
	27 - 28	Jorat-Mézières	Bien-être et détente
Février	3 - 4	Rüti bei Riggisberg	Ski et luge à Berne
	10 - 11	Genolier	Bien-être et massages
	17 - 23	Châtel-Saint-Denis	Camp : Carnaval !
Mars	17 - 23	Beatenberg	Camp : Ski et luge dans l'Oberland bernois
	9 - 10	Sembrancher	Ski et luge dans le Valais
Avril	16 - 17	Jussy	Karaoké et paillettes
	6 - 12	Chaux-du-Milieu	Camp : Multisports et Olympiades
	6 - 12	Suisse romande	Camp : Découvrons la culture japonaise
	27 - 28	Genolier	Football
Mai	4 - 5	Genolier	Dance, Parkour et Flashmob
	9 - 12	Val-de-Travers	Ça roule !
	9 - 12	Val d'Hérens	L'Himalaya !
	18 - 20	Genolier	Musique et percussions
Juin	1 - 2	Jussy	LA boum de l'été
	15 - 16	Genolier	Pirates ! Hissez la Grand Voile !

Tableau récapitulatif des journées découvertes

Mois	Dates	Lieux	Animation
Septembre	30	Genève	Fête foraine aux Grottes !
Octobre	14	Genève	Escalade
Novembre	11	Genève	Grand Théâtre
	25	Genève	Chocolat
Décembre	9	Genève	Aéroport et bains thermaux
Janvier	13	Saint-Cergue	Fun-Lift
Mars	2	Genève et Vaud	Bains thermaux
	23	Genève	Bains de Cressy et Musée
Avril	20	Vaud	Journée à la ferme
Mai	25	Vaud	Petit train
Juin	8	Genève	Yoddle et paddle

INFORMATIONS PRATIQUES

Inscription

L'inscription aux cours, activités en journées et séjours se fait sur la base de ce programme et au moyen de la feuille d'inscription ci-jointe pour toute l'année scolaire 2023-2024 (de septembre à juin).

Nous vous prions de bien vouloir signer les formulaires que vous nous renverrez. En cas de besoin, vous avez la possibilité de télécharger nos feuilles d'inscription sur notre site internet : www.caploisirs.ch (rubrique Prestations).

La date limite pour le retour des feuilles d'inscription est fixée au **jeudi 11 mai 2023**.

Nous vous demandons de bien vouloir respecter le délai d'inscription ; les demandes tardives ne seront prises en considération qu'en septembre en fonction des places disponibles.

Les inscriptions pour les activités ponctuelles se font par trimestre (page 27).

Pour les **nouveaux participants et participantes un entretien préalable est organisé**, qui nous permet de faire connaissance. Des rencontres avec nos différents partenaires peuvent aussi avoir lieu durant l'année.

Confirmations

Vous recevrez la confirmation à vos inscriptions en juillet dans la mesure où votre feuille d'inscription nous sera parvenue dans le délai fixé ci-dessus.

Un document détaillant les conditions contractuelles de participation – que vous devrez accepter en nous retournant votre feuille « confirmation de participation – exemplaire contractuel » signée – vous sera envoyé avec nos confirmations de séjours.

Seules les activités confirmées seront prises en compte pour la participation de votre enfant.

Rappel

Etant donné le nombre important d'inscriptions, nous ne pouvons pas toujours confirmer tous les séjours demandés.

Prix et facturation

Les prix de nos différentes prestations sont indiqués dans leur descriptif.

Tous les séjours sont facturés mensuellement pour le mois écoulé sauf indication contraire.

En cas de problèmes financiers, nous vous demandons de prendre contact avec le secrétariat, qui pourra vous aiguiller dans vos démarches.

Assurances et responsabilité

Les participantes et les participants aux séjours de Cap Loisirs doivent être couverts par les assurances suivantes :

- Maladie et Accidents
- Responsabilité civile (personnelle, de la famille ou de l'institution)

Tous les désistements doivent être annoncés par écrit le plus tôt possible.

Il est recommandé de conclure une assurance annulation (de manière privée), qui permettra un remboursement en cas de désistement ou de maladie.

Transmission d'informations

Vous recevrez environ 10 jours avant la journée, le séjour ou le centre aéré toutes les informations nécessaires à son déroulement : adresse, téléphone, trousseau...

Dans tous les cas de participation à des séjours, les parents, éducateur-trices ou répondant-es légaux sont tenus d'informer rapidement les responsables du secteur ou du séjour concerné de tout changement important survenu dans le comportement, la santé, la médication ou les capacités de la personne.

En cas de questions ou de demandes particulières, nous vous prions de prendre contact directement avec **Nathanaëlle Glaus**.

Par avance, nous vous remercions de votre participation et de votre collaboration et, tout en vous demandant de prendre bonne note des informations ci-dessus, nous restons à votre disposition pour des remarques ou des renseignements complémentaires.

À bientôt !



FONDATION CAP LOISIRS

Rue Jean-Louis Hugon 5
1205 Genève - CH

+41 22 731 86 00
caploisirs@caploisirs.ch

www.caploisirs.ch
CCP 12-5587-5