



Juillet 2025



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, l'accueil est réservé pour les journées complètes.

Pour venir il faut :

Etre adhérent au CAP (15 €) / 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/?>

GRUPE DU CAP ADOS – 11 / 14 ans



Dates	Matin	Prévoir	Après-Midi
Lundi 07 Juillet	Jeu des points communs Débats mouvants	Affaires de baignade + serviette	SORTIE à Saujon : ACTIVITÉ AQUATIQUE « Aquapark »
Mardi 08 Juillet	Jeu dans la ville : Cache – cache en équipe		SORTIE SURPRISE
Mercredi 09 Juillet	LEGO MARSTER CAP (Qui réalisera la plus extraordinaire structure ?) Créations manuelles avec du bois flotté		Grands jeux INTERSTRUCTURES : Rencontres sportives et ludiques avec des jeunes d'autres centres
Jeudi 10 Juillet	AMONG US TOURNOI Jeux extérieurs	Serviette et maillot de bain	PISCINE TONNAY - CHARENTE
Vendredi 11 Juillet	Défi CUISINE : Préparation du déjeuner par équipe Lasagnes Party PASTA QUIZZ		Activités SPORTIVES au gymnase : Multi - sports

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
Mardi 15 Juillet	Prévoir VÉLO CASQUE GILET FLUO		SORTIE VÉLO à ROCHEFORT Jeux et activités de plein air Visite patrimoine & marché Troc trombone challenge <b style="color: red;">Repas au MAC DO Retour : 17 h 30
Merc. 16 Juillet	Activités SPORTIVES au gymnase : <b style="color: red;">Sports avec raquette	Serviette et maillot de bain	PISCINE TONNAY - CHARENTE
Jeudi 17 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. 18 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 s 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	Après-Midi
Lundi 21 Juillet	BATTLE de BLIND TEST JEUX MUSICAUX	Affaires de baignade, serviette et rechanges	Activité NAUTIQUE : KAYAK
Mardi 22 Juillet	ESCAPADE SUR L'ILE D'OLÉRON : Découvertes / Visites Jeux et activités sur la plage Rencontre avec un autre centre Couchage sous tente Veillée animée Sortie PARC AQUATIQUE ILEO		Nuitée sur place Sous toiles de tente
Merc. 23 Juillet			
DEUX JOURS NON STOP	Prévoir : Pique – nique (mardi midi) + eau Rechanges pour le mercredis + pyjama Affaires de baignade Trousse et affaires de toilette Duvet + matelas mousse		
Supplément : 25 € / 22 places uniquement			
Jeudi 24 Juillet	Activités SPORTIVES au gymnase	Prévoir VÉLO CASQUE GILET FLUO	Escapade à vélo Initiation à la BOULE LYONNAISE
Vend. 25 Juillet	Activités multi – sports et jeux libres au City Stade	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

GRUPE DU CAP ADOS – 11 / 14 ans



Dates	Matin	Prévoir	Après-midi
Lundi 28 Juillet	<p align="center">Sortie à la journée à LA ROCHELLE</p> <p align="center">Grand jeu photos dans la ville</p> <p align="center">Visite Museum d'histoire naturel</p> <p align="center">Jeux dans les parcs</p> <p>Prévoir : Pique – nique + Goûter + Eau</p> <p>Protection contre le soleil : Bob / casquette / crème solaire</p> <p>Départ : 9 h 45 / Retour : 17 h 45</p>		
Mardi 29 Juillet	<p>PISCINE</p> <p>TONNAY - CHARENTE</p>	<p>Serviette et maillot de bain</p>	<p>JEUX</p> <p>INTERGROUPES avec</p> <p>les 3 / 5 ans :</p> <p>Les ados font passer de multiples épreuves au plus jeunes</p>
Merc. 30 Juillet	<p align="center">SORTIE PLAGE OLÉRON</p> <p>Prévoir : Pique – nique + Goûter + Eau</p> <p>Protection contre le soleil : Bob / casquette / crème solaire</p> <p>Serviette et maillot de bain</p> <p>Départ : 9 h 45 / Retour : 17 h 45</p>		
Jeudi 31 Juillet	<p>Activités</p> <p>SPORTIVES</p> <p>au gymnase</p>	<p>Ateliers de préparation de la</p> <p>fête avec les parents :</p> <p>GRAND MARCHÉ</p> <p>DU CAP</p>	
Soirée 17 h 30 20 h 00	<p>Temps festif et de rencontre entre les différents groupes et les parents. Des informations complémentaires vous seront communiqués durant les premiers jours du séjour de juillet (organisation, lieu, déroulé, repas...)</p> <p align="center">Nous comptons vivement sur la présence des familles</p>		
Vend. 1 ^{er} Août	<p>Programme à la carte</p> <p>selon les envies du</p> <p>groupes</p>	<p>Serviette et maillot de bain</p>	<p>PISCINE</p> <p>TONNAY - CHARENTE</p>

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

Programme réalisé en mai 2025, 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

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

**Gourde
d'eau**



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