



AOUT 2026



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.
Le soir à partir de 17 h et jusqu'à 18 h 30.

Pour la période estivale, l'accueil est réservé pour les journées complètes.

Pour venir il faut :

Etre adhérent au CAP / 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

Programme réalisé en mai 2026, 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



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/?>

**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**

Programme réalisé en mai 2026, 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

GROUPE DU CAP ADOS – 11 / 14 ans

Dates	Matin	Prévoir	Après-Midi
Lundi 03 Août	GRAND BURGER QUIZ (Jeu d'affrontement en équipe)		Initiation ARCHEDY TAG (Tir à l'arc) au jardin des capucins
Mardi 04 Août	Atelier bricolage : Réalisations électriques Jeux de ballon	Serviette et maillot de bain <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">NO PHONE DAY </div>	SORTIE PISCINE Tonnay – Charente
Merc. 05 Août	Sortie à la PLAGE DE PORT DES BARQUES Baignade / Activités de plein-air / Jeux extérieurs Prévoir : Pique – nique + Goûter + Eau Protection contre le soleil : Bob / casquette / crème solaire Serviette et maillot de bain Départ : 10 h 00 / Retour : 17 h 45		
Jeudi 06 Août	Sortie à SAINTES Découverte et jeux dans les arènes / BOWLING Protection contre le soleil : Bob / casquette / crème solaire Départ : 10 h 00 / Retour : 17 h 45 Pique – nique prévu par le CAP		
Vend. 07 Août	Atelier bricolage : Réalisations électriques Jeux de raquette	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">NO PHONE DAY </div>	Activités sportives au gymnase

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

Programme réalisé en mai 2026, 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

GROUPE DU CAP ADOS – 11 / 14 ans

Dates	Matin	Prévoir	Après-Midi
Lundi 10 Août	Sortie PISCINE de PALMILUD et parc Baignade / Activités de plein-air / Jeux extérieurs Prévoir : Pique – nique + Goûter + Eau Protection contre le soleil : Bob / casquette / crème solaire Serviette et maillot de bain <div style="text-align: right; border: 1px solid black; padding: 2px;"> NO PHONE DAY </div> Départ : 9 h 30 / Retour : 17 h 45		
Mardi 11 Août	Atelier SCRAPBOOKING Atelier électricité		Initiation au BASE BALL à La ROCHELLE
Merc. 12 Août	Jeux collectifs au parc de la Varenne	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;"> NO PHONE DAY </div>	Jeux et échanges avec des personnes âgées des Résidentiels
Jeudi 13 Août	Activités sportives au gymnase	Serviette et maillot de bain	SORTIE PISCINE Tonnay - Charente
Vendredi 14 Août	Jeux d' expression	Atelier circuits électriques	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;"> NO PHONE DAY </div> JEU 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
--	--

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 17 Août	Sortie aux GROTTES DE MESCHERS et activité TREMPOLINE Prévoir : Pique – nique + Goûter + Eau Protection contre le soleil : Bob / casquette / crème solaire Serviette et maillot de bain Départ : 9 h 30 / Retour : 17 h 45		
Mardi 18 Août	SAGAMORE dans les bois de St Hippolyte	Serviette et maillot de bain <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;"> NO PHONE DAY </div>	SORTIE PISCINE Tonnay - Charente
Merc. 19 Août	Activités à la Médiathèque Créations électriques Jeux collectifs		BOITE à JEUX
Jeudi 20 Août	Prévoir VÉLO CASQUE GILET FLUO	Journée escapade à vélo dans le Pays Rochefortais : Repas au MAC DO et sortie PISCINE à ROCHEFORT	
Vend. 21 Août	Activités sportives au gymnase Bricolage à partir de circuits électrique		Activités SURPRISES



Pour la période d'été (selon la chaleur) prévoir chaque jour :



- Maillot de bain
- Serviette
- Recharges
- Protection contre le soleil

Nous adapterons le programme en fonction de la météo

GROUPE DU CAP ADOS – 11 / 14 ans

Dates	Matin	Prévoir	Après-Midi
Lundi 24 Août	INITIATION HAND BALL avec intervention du club local	NO PHONE DAY	Jeu du drapeau Jeu des messages secrets
Mardi 25 Août	Sortie à FOURAS Jeux de plein air et sur la plage / PAINTBALL Prévoir : Pique – nique + Goûter + Eau Protection contre le soleil : Bob / casquette / crème solaire Serviette et maillot de bain Départ : 9 h 30 / Retour : 17 h 45		
Mercr. 26 Août	Activités multi – sports Bricolage de circuits électriques	NO PHONE DAY	SORTIE SURPRISE
Jeudi 27 Août	JEU DE PISTE dans la ville		Ateliers et activités en lien avec le rendez – vous avec les familles
Soirée 17 h 30 20 h 00	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...) Nous comptons vivement sur la présence des familles		
Vend. 28 Août	Jeux vidéo collectifs Concours de jeux de société	Serviette et maillot de bain NO PHONE DAY	SORTIE 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

Programme réalisé en mai 2026, 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 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**