

capgazette

 numéro
23

www.cap-epalings.ch

Agenda

Sept. 2021 — Janv. 2022

Festival des activités de jeunesse

11.09.21

Aux Pyramides de Vidy, à Lausanne

Week-end à vélo

du 18.09 au 19.09.21

D'Epalinges jusqu'à la Tour-de-Peilz

Vacances d'octobre

du 16.10 au 31.10.21

Le CAP reste ouvert. Un programme spécial suivra à la rentrée !

Sortie au MCBA

13.11.21

Musée cantonal des Beaux-Arts, Lausanne

Décembre action solidaire SKATE-AID

 Tout le mois
de décembre

Sortie au jumpspot

22.01.22

ÉVÈNEMENTS

Fête multiculturelle

04.09.21

Participation libre et sans inscription

Souper femmes

15.10.21

Salle Billy, route de la Croix-Blanche 35

L'accueil libre au CAP

C'est un espace ouvert aux jeunes **dès 12 ans**, où l'on peut se retrouver, passer du temps entre amis.es, jouer, rêver, confectionner des repas, bricoler, jardiner, imaginer des projets, écouter de la musique, partager, et où l'on peut trouver du soutien auprès de professionnels.elles de référence. L'accueil libre est encadré par l'équipe d'animation socioculturelle du CAP, qui est ravie de vous accueillir dans ce lieu pour vous et avec vous !

Dans le cadre de cet accueil qui s'adresse aux 12-17 ans, des sorties et /ou évènements sont proposés tout au long des semestres.

Retrouve tout ce programme dans la gazette !

Horaires d'ouvertures

Mercredi : 14h-18h
Vendredi : 16h-22h*
Samedi : 15h-19h
Dimanche : 14h-18h

*tous les vendredis un repas participatif est proposé pour un prix entre 3 et 5 CHF.

Merci de s'annoncer avant 17h30 au 021 784 10 39.

Dès la rentrée: il est demandé aux jeunes de devenir membre, c'est facile et gratuit ! Tu ne sais pas comment faire ? Retrouve toutes les infos sur le site www.cap-epalings.ch ou directement auprès des animateurs.trices durant l'accueil !

Où nous trouver? L'accueil libre du CAP se trouve derrière la Migros. En contre-bas du four à pain à côté du terrain de foot de la Croix-Blanche.

Festival des activités de jeunesse

11.09.21

Un festival pour découvrir des activités et les associations destinées aux jeunes, tout en s'amusant ! Mur de grimpe, parcours gonflable, bubble football, toboggan stands boissons et nourriture seront au rdv !

Lieu : aux Pyramides de Vidy, à Lausanne
Délai d'inscription : mercredi 8 septembre
RDV : sur le parking de la Croix-Blanche, départ 13h30 et retour vers 18h00
Participants.es : min 5 / max 20

Prix : gratuit

Week-end à vélo

du 18.09 au 19.09 2021

Rejoignez-nous pour un périple à vélo d'Epalinges jusqu'à la plage de la Maladaire à la Tour-de-Peilz. Après une baignade et des grillades, nous dormirons sous tente puis enfourcherons les vélos le lendemain pour un retour pépère. Le trajet est simple et ne nécessite pas une grande expérience du vélo. On s'occupe de la nourriture et on peut également vous prêter du matériel.

Délai d'inscription : samedi 11 septembre
RDV : samedi 18 septembre à 11h30 à l'accueil libre du CAP
Retour : samedi 19 septembre aux alentours de 18h à l'accueil libre du CAP
Participants.es : min 4 / max 8

Prix : 20.-

Vacances d'octobre

du 16.10 au 31.10

L'accueil libre du CAP est ouvert du mercredi au dimanche pendant TOUTES les vacances d'octobre.

RDV : à l'accueil libre du CAP pendant les heures d'ouverture

Gardez les yeux grand ouverts, un programme spécial suivra à la rentrée !

Prix : en fonction des activités

Sortie au MCBA

13.11.21

Tu as déjà remarqué cet immense cube de béton proche de la gare de Lausanne ? C'est le nouveau musée cantonal des Beaux-Arts et cette sortie est l'occasion de (re)découvrir ce curieux bâtiment. A l'intérieur, on verra l'exposition de **Francis Alijs**, qui a comme thème principal la rue et plus particulièrement la promenade et le fait de passer du temps dans la « street ».



RDV : à 14h00 à l'accueil libre du CAP
Retour : à 17h00
Délai d'inscription : mercredi 10 novembre
Participants.es : min 4 / max 8

Prix : gratuit

Décembre action solidaire SKATE-AID

Tout le mois de décembre

Soutiens d'autres jeunes en donnant une nouvelle vie à ton vieux matos de skate ! Cette année tu peux faire partie du groupe de bénévoles du centre, qui organisera une collecte de fonds et de matériel pour soutenir l'association Skate-Aid.

Délai d'inscription : organisation du groupe de bénévole pendant le mois de novembre
RDV : pendant les heures d'ouverture du centre.

Prix : gratuit

Skate-Aid est une association allemande, qui a été fondée par le skater pro Titus Dittman. Son projet est de soutenir des enfants et des adolescents issus de milieux défavorisés, par le biais de la pratique de cette discipline. A l'heure actuelle, 25 projets dans plus de 18 pays ont vu le jour.



Sortie au Jumpspot

22.01.22

Depuis quelques mois, les Lausannois ont leur propre espace de trampoline et c'est le plus grand parc de trampoline de Suisse, le Jumpspot! Viens bondir et rebondir jusqu'à toucher le plafond durant cette sortie un peu sportive mais surtout très très fun !

RDV : à l'accueil libre du CAP à 14h30, retour aux alentours de 17h00
Délai d'inscription : mercredi 19 janvier
Participants.es : min 5 / max 20

Prix : 8.-

Si tu en as, prends tes chaussettes de trampoline.

Fête multiculturelle

Le CAP participe à la fête multiculturelle organisée par l'association ACTE. Nous y accueillerons des représentants de la communauté suisse de Kendama pour une démonstration ainsi qu'une initiation.

Pour plus d'informations sur les nombreuses activités de cette fête : www.acte-epalinges.ch

Participation libre et sans inscription
De 10h à 16h environ, en divers endroits
du quartier des Croisettes-Tuileries

04.09
2021

ÉVÉNEMENTS

Souper femmes

15.10
2021

Envie de passer un bon moment entre femmes ? De partager des préoccupations communes ? Ou encore de pouvoir rendre visibles les femmes et leurs besoins dans la commune ? Ce moment fait suite au projet « Femmes en marche » qui a permis de questionner la place des femmes dans l'espace public.

Heure : 18h30
Délai d'inscription : mercredi 13 octobre
Lieu : Salle Billy, route de la Croix-Blanche 35

Prix : 5.-frs

Le mot du tsp

TSP, c'est travailleur social de proximité. Cela signifie que je suis à disposition des jeunes d'Epalinges pour tout type de soutien ou d'accompagnement. Par exemple pour monter un projet, chercher un apprentissage, ou n'importe quoi

d'autre. Tu peux me trouver à mon bureau à l'Ofréquaz tous les mercredis après-midi, ainsi que sur dans les rues d'Epalinges ou encore sur Instagram. Depuis le mois de mai, il existe à Epalinges une plateforme qui permet aux jeunes de réaliser des petits jobs pour se faire quelques sous. Si tu veux plus d'infos, passe sur ma page insta, ou écris-moi un message :

@fred_tsp
079 647 89 69

offres sportives intéressantes

— **Le Sport pour tous-te-s** revient pour une nouvelle saison à la salle de gym de Bois-Murat, dès le 7 novembre et pendant toute la saison froide. Cette activité est ouverte à toutes et tous, sans restriction d'âge. Venez-vous dépenser chaque semaine de 16h à 18h dans une ambiance sympathique, et peut-être découvrir une nouvelle passion !

— Pour les jeunes de 16 à 25 ans, le **Free-fit** ouvre également ses portes tous les mercredis soirs de 18h à 21h, au centre sportif de la Croix-Blanche. Une salle de fitness équipée est mise à disposition gratuitement, et une personne experte en sport et en nutrition est présente pour donner ses conseils de bonnes pratiques !