

## LUNDI 28

14 h à 16 h : permanence et accompagnement social.

14h à 17h : permanence de la Mission Locale

14h à 16h30 : Jeux "viens et toi ?" Après-midi jeux, cartes, café... Ouvert à tous !

14h à 15h30 : CAPS BOOK CLUB "Il était une fois la folie littéraire" Adultes/séniors - 6 places.



## MARDI 29

10h15 à 11h30 : Atelier des tout-petits :

"Les petites bêtes"

Enfant de moins de 6 ans accompagné d'un adulte.

9h30 à 11h : Atelier transformation des aliments ! Apprendre la conservation.

14h à 16h : Cours collectif informatique ! "Apprends à utiliser un ordinateur"

N'hésitez pas à venir avec votre propre matériel. Adultes - 5 places.

14 h à 17 h : Atelier créatif tricot, crochet et macramé. Ouvert à tous, débutants acceptés.

15h30 à 17h30 : JOUONS ENSEMBLE DANS LE QUARTIER ! Terrain multisport Philéas.

## MERCREDI 30

9h30 à 11h30 : permanence et accompagnement social.

10h à 11h30 : Défis et jeux mystères : "Oseras-tu t'y confronter ?" A partir de 6 ans.

14h à 16h30 : "Mercredi pour tous" !

Devoirs et activités à partir de 6 ans !

15h30 à 17h : Ateliers au jardin.

Café blablas pour les parents même accompagné de petits.

14h à 14h30 : CAPS BOOK CLUB Enfant ! "Il était une fois la folie de lire..." Enfants/jeunes.

14h à 17h : Aide aux devoirs numérique ou cours numériques pour les jeunes !



## JEUDI 1ER MAI

JOUR FÉRIÉ !



## VENDREDI 2

9h à 10 h 30 : cours de fitness et renforcement musculaire. Etoile du Sud. Adultes/séniors.

10 places. 60€ à l'année soit 20€/trimestre.

9h30 à 11h30 : permanence et accompagnement social.

14h à 16h : Atelier des réparations vestimentaires. 5 places.

## SAMEDI 3

17h à 18h30 : cours de fitness et renforcement musculaire ! Gymnase Edmond Rostand.

A partir de 15 ans. 20 places. 60€ à l'année soit 20€/trimestre.



# PROGRAMME AVRIL 2025



## POUR INFO

Nous vous accueillons  
le lundi de 10H à 12H et  
de 13H30 à 17H30.

Du mardi au vendredi  
de 9H à 12H et de 13H30 à 17H30.

📍 104 rue Edmond Rostand  
80090 Amiens

☎ 03 60 12 24 60

✉ contact@assocaps.fr



Les inscriptions sont obligatoires pour l'ensemble des activités, elles se font à l'accueil. L'équipe du Centre social se réserve le droit d'annuler une activité ou une sortie si les effectifs sont insuffisants.

**TOUTE INSCRIPTION SE FERA À COMPTER DU LUNDI 31 MARS 2025 !**

SEMAINE DU 31 MARS  
AU 6 AVRIL

## LUNDI 31 MARS

14 h à 16 h : permanence et accompagnement social.

14h à 17h : permanence de la Mission Locale

14h à 16h30 : Jeux "viens et toi ?" Après-midi jeux, cartes, café... Ouvert à tous !

## MARDI 1ER AVRIL

10h15 à 11h30 : Atelier des tout-petits :

"Animaux de la savane"

Enfant de moins de 6 ans accompagné d'un adulte.

14h à 16h : Cours collectif informatique ! "Se connecter sur les espaces santé"

N'hésitez pas à venir avec votre propre matériel. Adultes - 5 places.

14 h à 17 h : Atelier créatif tricot, crochet et macramé.

Ouvert à tous, débutants acceptés.



## MERCREDI 2

9h30 à 11h30 : permanence et accompagnement social.

10h à 11h30 : Défis et jeux mystères : "Oseras-tu t'y confronter ?" A partir de 6 ans.

14h à 16h30 : "Mercredi pour tous" !

Devoirs et activités à partir de 6 ans !

15h30 à 17h : Ateliers au jardin.

Café blablas pour les parents même accompagné de petits.



 Vous pouvez retrouver notre équipe dans tout le quartier Sud !  
Si vous croisez la team CAPS, n'hésitez pas à échanger avec elle !

## JEUDI 3

10h à 11h30 : Atelier pâtisserie ! Venez cuisiner des tiramisus !

Adultes/séniors - 10 places - 1€

14h30 à 16h : Singers's CAPS !

Rejoignez la chorale de CAPS !



## VENDREDI 4

9h à 10 h 30 : cours de fitness et renforcement musculaire. Etoile du Sud. Adultes/séniors. 10 places. 60€ à l'année soit 20€/trimestre.

9h30 à 11h30 : permanence et accompagnement social.

9h à 11h : Petit-déjeuner des séniors à Jacque Tati ! Spécial animation danse !

## SAMEDI 5

17h à 18h30 : cours de fitness et renforcement musculaire ! Gymnase Edmond Rostand. A partir de 15 ans. 20 places.

60€ à l'année soit 20€/trimestre.



SEMAINE DU 21 AU 27  
AVRIL

## LUNDI 21 JOUR FÉRIÉ !

## MARDI 22

10h15 à 11h30 : Atelier des tout-petits :

"Histoires et gommettes"



Enfant(s) de moins de 6 ans accompagné(s) d'un adulte.

14h à 16h : Cours collectif informatique ! "Apprends à utiliser un ordinateur"

N'hésitez pas à venir avec votre propre matériel. Adultes - 5 places.

14 h à 17 h : Atelier créatif tricot, crochet et macramé.

Ouvert à tous, débutants acceptés.

## MERCREDI 23

9h30 à 11h30 : permanence et accompagnement social.

10h à 11h30 : Défis et jeux mystères : "Oseras-tu t'y confronter ?" A partir de 6 ans.

14h à 16h30 : "Mercredi pour tous" !

Devoirs et activités à partir de 6 ans !

15h30 à 17h : Ateliers au jardin.

Café blablas pour les parents même accompagné de petits.



## JEUDI 24

9h30 à 11h : Jardinage avec les élèves de l'école primaire Edmond Rostand !

14h30 à 16h : Singers's CAPS !

Rejoignez la chorale de CAPS !



16h30 : STOP GOUTER DU MOIS D'AVRIL !

Venez découvrir le programme du mois de mai avec l'équipe de CAPS !

## VENDREDI 25

9h à 10h30 : cours de fitness et renforcement musculaire. Etoile du Sud. Adultes/séniors. 10 places. 60€ à l'année soit 20€/trimestre.

9h30 à 11h30 : permanence et accompagnement social.

10h à 11h30 : "Et si on trouvait un projet pour le budget participatif ?" Tout public

A partir de 14h : Distribution de panier de légumes en partenariat avec le CCAS !

Pour bénéficier d'un panier, une inscription est obligatoire.

17h à 19h : BREAK CAPS ! Alors les jeunes on fait quoi ? A partir de 16 ans.

## SAMEDI 26

De 14h à 17h : JOB CHALLENGE VR

Viens booster ton CV et ta recherche d'emploi ! Pour les 16-29 ans.

En partenariat avec le service jeunesse de la ville d'Amiens et les apprentis d'Auteuil.

17h à 18h30 : cours de fitness et renforcement musculaire ! Gymnase Edmond Rostand. A partir de 15 ans. 20 places.

60€ à l'année soit 20€/trimestre.



# SEMAINE DU 7 AU 13 AVRIL !

## CAPS ANIM' VOS VACANCES !

### LUNDI 7 AVRIL

**10 h à 12 h :** Atelier fabrication d'éponge Tawashi

**14 h à 16 h :** permanence et accompagnement social

**A partir de 14h : Après-midi fleurie ! A partir de 6 ans !**

- ✿ Atelier fleurs colorées !
- ✿ Atelier peinture !



### MARDI 8 AVRIL

**10h15 à 11h30 :** Atelier des tout-petits :

**“ Chant du jardin ”**



Enfant(s) de moins de 6 ans accompagné(s) d'un adulte.

**9h30 à 11h30 : Atelier création de peinture à la farine !**

**A partir de 14h : Après-midi fleurie ! A partir de 6 ans !**

- ✿ Jeux XXL au jardin !
- ✿ Atelier créatif : atelier cadre de fleurs séchées ! Séance 1 - 1€



### MERCREDI 9 AVRIL

**10h à 11h : Révisions de vacances !** Du CE1 à la 3ème. *10 places.*

**14 h à 16 h :** Réunion d'information sur les vacances familles !

**14 h à 16h : Atelier décoration au jardin !**

### JOURNEE AU CIRQUE !

Venez découvrir les coulisses du cirque  
suivi d'ateliers pratiques avec la Cie Madhuka !



Départ de CAPS à 10h30  
Retour pour 17h30  
Prévoir pique-nique

Pour les enfants à partir de 8 ans ! **5€ par enfant - 8 places**

### JEUDI 10 AVRIL

**10 h à 12 h : Atelier parent(s)/enfant(s) !** Plantation de graines pour fabriquer un tipi végétal ! *10 places.*

**10 h à 12 h : Atelier numérique !** “ Du jardin à l'assiette ! “ Venez créer votre livre de recettes ! *5 places.*

**A partir de 14h : Après-midi fleurie ! A partir de 6 ans !**

- ✿ Atelier fleur en bois !
- ✿ Atelier créatif : atelier cadre de fleurs séchées ! Séance 2 - 1€

**14h30 à 16h: Singers's CAPS !** Rejoignez la chorale de CAPS !

### VENDREDI 11 AVRIL

**9h30 à 11h30 : Atelier cuisine !** Préparation de cakes salés et sucrés pour la Fête du Jardin !

Tout public - *8 places.*

**9h30 à 11h30 : Atelier décoration fête du jardin !**

**13h30 à 17h30 : Fermeture du centre social ! L'équipe prépare la fête du Jardin !**

### SAMEDI 12 AVRIL

## FÊTE DU JARDIN



# SEMAINE DU 14 AU 20 AVRIL !

## CAPS ANIM' VOS VACANCES !

### LUNDI 14 AVRIL

**10h à 12 h : Atelier carnet nature ! 15 places - 1€**  
**14 h à 16 h :** permanence et accompagnement social  
**14h à 17h :** permanence de la Mission Locale

**A partir de 14h : Après-midi vacances ! A partir de 6 ans !**

- ✿ Atelier pimp' ton pot de fleur
- ✿ Construction d'une boîte à livres



### MARDI 15 AVRIL

**10h15 à 11h30 :** Atelier des tout-petits :  
**“Création d'un panier”**

Enfant(s) de moins de 6 ans accompagné(s) d'un adulte.

**A partir de 14h: Après-midi vacances ! A partir de 6 ans !**

- ✿ Atelier création d'insectes
- ✿ Plantation en pots
- ✿ Construction d'une boîte à livres



**A partir de 18h30 : Ciné débat ! Autour du film “ Le potager de mon grand-père”**



### MERCREDI 16 AVRIL

**9h30 à 11h30 :** permanence et accompagnement social  
**10h à 11h : Révisions de vacances ! Du CE1 à la 3ème. 10 places.**  
**A partir de 14h: Après-midi vacances ! A partir de 6 ans !**

- ✿ Atelier création de fleurs en origami
- ✿ Construction d'une boîte à livres



### JEUDI 17 AVRIL

**10h à 12h : Atelier parent(s)/enfant(s) !** Création d'étiquettes de jardin ! 8 places.

**10h : JOURNÉE A L'ACCROBRANCHE D'AILLY-SUR-NOYE !**

**Pour les enfants à partir de 6 ans ! 10€ par enfant ! 40 places.**

Départ de CAPS à 10h, retour à 17h30 !

Prévoir un pique-nique !



### VENDREDI 18 AVRIL

**9h30 à 11h30 :** permanence et accompagnement social  
**10h à 12h : Atelier Kamishibai ! A partir de 4 ans !**



**A partir de 14h: CHASSE AUX OEUF !**

