

Le programme Oxygène



LES ANIMATIONS

- Espace jeunes 11/17 ans
- Ludo-loisirs
- Multimédia
- Animations adultes/famille
- Animation sportive



Les Infos



JEUDI 10 MARS 2016 - 20H15

« La place de l'école dans la famille »

Espace Jeune «Ty Capa» - à côté de la place Ruthin-Briec



Information collective destinée aux parents :

« La place de l'école dans la famille », le **jeudi 10 mars** à 20h15, salle « TY CAP » à côté de la place Ruthin à Briec.

Entrée libre et gratuite.

Renseignements complémentaires à CAP Glazik

✉ mail : familles.capglazik@glazik.com

☎ Tél : 02 98 57 71 49

Information collective pour les associations du Pays Glazik :

Le dispositif « **accueillir la différence** » consiste à favoriser la mise en relation et la participation de personnes en situation de handicap avec les associations.

Monsieur Alain Le Doaré vous présentera ce projet. En tant que représentant d'une association du Pays Glazik, il vous convie donc à cette rencontre d'information qui aura lieu le :

Jeudi 10 mars à 18h30 dans les locaux de CAP Glazik

Cinéma et Partage

Vidéo-projection du film « **Disco** » suivi d'un goûter offert à tous.

Résumé :

Endetté jusqu'au cou, Didier Travolta, 40 ans, vit au Havre chez sa maman. Cette année, il reçoit une lettre de la mère de son fils Brian, 8 ans qui vit en Angleterre, lui signifiant qu'il ne pourra pas recevoir son fils s'il n'est pas capable de lui payer des vraies vacances : c'est à dire hors des docks, des PMU et des grandes surfaces. Miracle, le légendaire Jean-François Jackson vient de réouvrir le Gin Fizz, bien décidé à faire battre le coeur du Havre au rythme du disco.

Avec Franck Dubosc, Gérard Depardieu, Emmanuelle Béart...

Mercredi 23 mars à 14h
A Arthémuse. Gratuit



PAS D'ADHÉSION NÉCESSAIRE

Projet social 2015-2018



Novembre 2015, la commission de la CAF validait le Projet de CAP Glazik pour les 4 ans à venir.

Nous souhaitons partager ce nouveau Projet 2015-2018 avec vous.

Nous vous invitons pour cela à réserver votre soirée du 25 mars 2016 à l'Arthémuse à 20h30. Le programme détaillé sortira prochainement...

Nous souhaitons ce moment convivial et riche en échanges sur ce que nous voudrions faire ensemble à CAP Glazik.

Nous vous attendons nombreux...

Pour les adhérents :



Ludo loisirs

ludotheque@glazik.com

Fermeture exceptionnelle de la ludothèque le **mercredi 02 mars 2016**

Période scolaire

- ▶ Mercredi : 14h-18h
- ▶ Samedi : 10h-12h
- ▶ A «Ty CAP»

Les soirées à la ludothèque

- ▶ Soirée « Western USA »
- ▶ **Vendredi 18 mars**
- ▶ 19h30- 22h30
- ▶ Tout public
- ▶ A «Ty CAP»
- ▶ **Gratuit**



Multimédia

multimedia@glazik.com

Courrier électronique

Espace multimédia, CAP Glazik

- ▶ Tous les lundis
- ▶ 10h45 - 12h00

Classement des données

Gîte d'étape à Landudal

- ▶ Date à définir
- ▶ 10h45 - 12h00

Atelier partagé

Espace multimédia, CAP Glazik

- ▶ Tous les jeudis
- ▶ 14h30 - 16h00
- ▶ Gratuit

Optimiser son PC

Mairie de Landrévarzec

- ▶ Date à Définir
- ▶ 10h45 - 12h00

📄 **Adhésion CAP Glazik + 2 € par atelier**

Inscriptions et renseignements :

☎ 02 98 57 71 45
✉ multimedia@glazik.com





Espace Jeunes 11-17 ans

espace.jeunes@glazik.com - 06 08 32 10 87

Tous les vendredis

- ▶ Cafet', thé, goûter, échanges...
- ▶ 04, 11, 18, 25 mars et 1er avril
- ▶ 17h00 - 19h00
- ▶ 13 - 17 ans
- 📍 **Gratuit**



Cafet'local

Tournoi Sportif

- ▶ Mercredi 02 mars
- ▶ 11 - 17 ans
- ▶ 12h-18h
- 📍 **Gratuit**

Laser Games

- ▶ Samedi 05 mars
- ▶ 11 - 17 ans
- ▶ 13h-17h
- 📍 **10 points**

Projet Parc Astérix

- ▶ Mercredi 09 mars
- ▶ 11 - 17 ans
- ▶ 12h-18h
- 📍 **Gratuit**

Piscine Quimper Aquarive

- ▶ Samedi 12 mars
- ▶ 11 - 17 ans
- ▶ 13h-17h
- 📍 **2 points**

Création Bijoux

- ▶ Mercredi 16 février
- ▶ 11 - 17 ans
- ▶ 12h-18h
- 📍 **Gratuit**



Cinéma

- ▶ Samedi 19 mars
- ▶ 13 - 17 ans
- ▶ 13h-17h
- 📍 **4 points**

Gouter CAFET'

- ▶ Mercredi 23 mars
- ▶ 11 - 17 ans
- ▶ 12h-18h
- 📍 **3 points**

Tournoi de Molki

- ▶ Samedi 26 mars
- ▶ 11 - 17 ans
- ▶ 14h-18h
- 📍 **Gratuit**

Projet Parc Asterix

- ▶ Mercredi 30 mars
- ▶ 11 - 17 ans
- ▶ 12h-18h
- 📍 **Gratuit**

Soirée Karting Fast food

- ▶ Vendredi 1er avril
- ▶ 13 - 17 ans
- ▶ 18h-23h30
- 📍 **15 points**



TRIBUGLAZIX, association des adhérents de CAP Glazik



Week-end dans la région de Saint-Malo

du **vendredi 03 au dimanche 05 juin**.
Le départ se fera de CAP Glazik en fourgons 9 places et en 2 temps. Un premier départ est envisagé vers 11h et un second en fin d'après-midi ou début de soirée pour les personnes qui travaillent. (horaire à définir ensemble, l'idéal serait entre 16h et 17h).

Au programme:

Hébergement en Yourtes, visite de Dinard, de Saint-Malo, Pointe du Grouin, Cancale, soirée cabaret avec dîner spectacle, balade sur la Rance en bateau, ferme marine, ainsi qu'un déjeuner galette-saucisse...

Randonnée à Landudal

Dimanche 03 avril. Afin de financer une partie des projets de séjours, Tribuglazix organise une randonnée à Landudal.

3 circuits seront proposés : 7, 12 et 21 km. Le circuit de 7 Km ne présente pas de grande difficulté et est même praticable en poussette pour ceux qui veulent venir en famille. Des ravitaillements sont prévus sur les 3 circuits. Rendez-vous à l'atelier à Landudal. Les départs se feront entre 08h et 10h30.

📍 **5€ par adulte. Gratuit pour les enfants.**

📧 Contact : tribuglazix@outlook.fr



Animations adultes/famille

familles.capglazik@glazik.com

Marche

Le lundi (un lundi sur deux) :

- ▶ 07 et 21 mars
- ▶ 04 avril
- ▶ de 9h15 à 11h45
- 📍 **Gratuit, sur inscription**

Le mardi (un mardi sur deux) :

- ▶ 15 et 29 mars
- ▶ de 13h45 à 17h30
- 📍 **Gratuit, sur inscription**

Activité « marche débutants »

Suite à la demande de quelques personnes, il est envisagé de mettre en place un nouveau groupe de marche à compter du printemps. Cette nouvelle action s'adressera à des personnes souhaitant faire une petite activité physique en plein air et par la même occasion rencontrer du monde. Il s'agira de petites balades de 4/5 km voire moins au tout début. Le rythme sera bien entendu adapté au groupe.

Toutes les personnes intéressées sont conviées à participer à une **réunion le vendredi 18 mars** à 10h30 à CAP Glazik pour évoquer le projet : étudier des circuits adaptés, choisir le jour et le créneau horaire, discuter des difficultés des uns et des autres pour faciliter l'accès au plus grand nombre à cette activité...

📧 Toutes les personnes intéressées peuvent contacter l'animatrice au 06 77 61 81 20.

Généalogie

Jeudi 24 Mars à 17h00.

Première rencontre pour mettre en relation les personnes qui souhaitent se retrouver autour d'un projet « Généalogie ».

L'objet de cette réunion sera de faire un tour de table pour connaître les attentes et compétences de chacun et d'envisager ce qu'il est possible de mettre en place : séances d'initiation, activité régulière, groupe d'échange...

Randonnée pédestre

Samedi 26 mars, randonnée de 20 km environ dans le secteur de **Chateaufort du Faou**. Ouvert aux bons marcheurs. Prévoir le pique-nique. Départ de CAP Glazik à 08h30. Retour prévu vers 17h30.

2 euros, sur inscription

📧 Renseignements au 06 77 61 81 20 ou par email à : animation@glazik.com

Action « nettoyage de plages »

Des adhérents de CAP Glazik, adultes et jeunes envisagent une ou plusieurs journées de nettoyage de plages durant les vacances de Pâques. Une première rencontre pour collecter toutes les idées est programmée le **jeudi 10 mars** à 17h30 à CAP glazik.

L'objectif de cette réunion est de construire ensemble le projet. Toutes les personnes intéressées seront les bienvenues.

📧 Contact: 06 77 61 81 20
ou par email à : animation@glazik.com



Animation sportive

sport@glazik.com

Éveil sportif

- ▶ Le mercredi : 16h00 - 17h00 (2 - 3 ans)
- ▶ Le mercredi : 17h15 - 18h15 (4 - 6 ans)
- ▶ Ecole du Petit Prince, Edern

Gym fitness « tonique »

- ▶ Le vendredi 10h30 - 11h30
- ▶ Salle de danse (ancien gymnase), Brieç

Gym d'entretien « douce »

- ▶ Le vendredi : 11h40 - 12h40
- ▶ Salle de danse (ancien gymnase), Brieç

📍 **Adhésion CAP Glazik + 10 € par cycle de 5 séances**

📧 02 98 57 76 40
sport@glazik.com

Chaque semaine

