

VACANCES

VOTRE
PROGRAMME



Février
2021

HIVER

ANIMATIONS
SPORTS
LOISIRS
ACCOMPAGNEMENT
11-30 ANS

jeunes.cergy.fr



VACANCES



HIVER

Le temps des vacances est le temps de la détente qui permet de pratiquer des activités diverses et nouvelles, à tout âge. Pour les plus jeunes (de 11 à 17 ans) : dans chacune des maisons de quartier, que vous veniez seul ou avec vos amis, découvrez toutes les possibilités offertes pour pratiquer des activités culturelles, artistiques, sportives ou de loisirs encadrées par des animateurs et éducateurs sportifs diplômés. Pour les plus de 16 ans, les vacances peuvent aussi être l'occasion de se divertir, pratiquer des activités en tous genres, ou encore de consacrer du temps à ses projets personnels, professionnels, ou scolaires.

SOMMAIRE

ESPACE JEUNESSE

Se retrouver, dialoguer, monter des projets



P.3

● POUR LES 11-17 ANS

ACTIVITÉS BIEN-ÊTRE

Choisissez l'activité de votre choix, il y en a pour tous les goûts.

P.4-5

SPORT A LA CARTE

À vous de choisir le sport de vos vacances !

P.6

● POUR LES 14-25 ANS

OBJECTIF STAGE

Des conseils pour vos recherches

P.7

● POUR LES 16-30 ANS

ANIMATIONS

Des activités gratuites pour vos vacances

P.8

AIDE AUX PROJETS

Aides financières, matérielles et humaines

P.9-10



LE PORT DU MASQUE EST OBLIGATOIRE DANS L'ESPACE PUBLIC, Y COMPRIS DANS LES MAISONS DE QUARTIER.

Programme sous réserve de l'évolution du contexte sanitaire. Les activités sont organisées dans le respect des gestes barrières.

ESPACES JEUNESSE



Les espaces jeunesse sont dédiés aux 11-25 ans. Installés dans les maisons de quartier de la ville, ce sont des lieux de loisirs, de rencontres et de construction de projets.

SUR PLACE :

- Un espace détente pour retrouver ses amis, jouer aux jeux de société ou à la console, lire un magazine...
- De l'information sur les dispositifs jeunesse,
- Des animations : ateliers créatifs, soirées...
- D'autres jeunes pour dialoguer, monter des projets communs,
- Des animateurs pour vous accompagner.

HORAIRES :

Les espaces jeunesse sont ouverts du lundi 15 au samedi 27 février.

- **Maisons de quartier des Toulouses, Linandes et de l'Axe majeur-Horloge :** du lundi au vendredi 14 h - 18 h
- **Maisons de quartier des Hauts-de-Cergy :** du mardi au samedi 14 h - 18 h

VACANCES
HIVER

Activités BIEN-ÊTRE

Choisissez l'activité de votre choix.
Il y en a pour tous les goûts !

À chaque période de vacances scolaires, les animateurs jeunesse vous proposent des activités sur une thématique précise. Ces activités permettent d'ouvrir de nouveaux horizons dans différents domaines : culturels, sportifs, loisirs.

Choisissez l'activité qui vous intéresse, et contactez vos référents animation jeunesse en maison de quartier pour vous inscrire. Attention, les places sont limitées.

INFOS ET INSCRIPTIONS :

Les inscriptions ont lieu auprès des Référents animation jeunesse en maison de quartier :

- Maison de quartier des TOULEUSES :
Mamadou Niakate - 06 27 04 76 71
- Maison de quartier AXE MAJEUR-HORLOGE :
Sana Diallo - 06 72 44 63 40
Patrick Nkounkou - 06 72 44 38 31
- Maison de quartier des LINANDES :
Stéphanie Spimpolo - 06 72 46 54 00
Claire Angot - 06 43 29 64 97
- VISAGES DU MONDE :
Guillaume Poltini - 07 87 74 52 37
Anne-Cécile Noble - 06 72 42 43 54



Vos activités sur le thème du

BIEN-ÊTRE

ATELIER CUISINE ALLÉGÉE

Vendredi 19 ou le jeudi 25 février, de 14h à 18h

Adepte de cuisine, ou juste gourmand et curieux ? Suivez la recette d'une pâtisserie gourmande mais allégée, et repartez avec votre réalisation (des cookies le 19 février, ou une tarte normande le 25 février). Une recette à refaire chez vous et à partager avec vos proches ! **Gratuit**

JOURNÉE ZEN

Mercredi 17 février ou 24 février, de 10h à 12h et de 14h à 18h

Une journée pour se créer une bulle de relaxation : le matin, fabriquez votre bougie aux huiles essentielles. L'après-midi, apprenez les techniques d'auto-massage de professionnels. **Gratuit**

CHALLENGE OPÉRATION PROPRETÉ

Mercredi 24 février, de 14h à 17h

Notre bien-être passe aussi par la propreté de notre environnement. Le Conseil des jeunes vous convie à sa traditionnelle opération « vers plus de propreté », revisitée sous forme de challenge. Via ce challenge organisé en équipes, apprenez-en plus sur le tri des déchets et rencontrez des acteurs du quartier des Coteaux/Grand-Centre pour discuter de développement durable.

+ D'ACTIVITÉS À LA CARTE

Sorties : • Visite à Thoiry, plantation d'arbres à l'Île de Loisirs de Cergy-Pontoise
• tir à l'arc, concours Just dance, karaoké, concours Fifa...

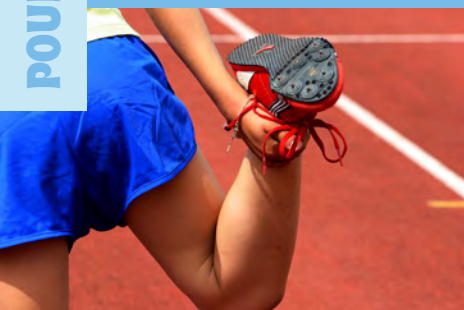
SPORT



A LA CARTE

À vous de choisir le sport de vos vacances !

POUR LES 11-17 ANS



Les éducateurs sportifs de la ville vous proposent plusieurs activités pour vous dépenser pendant les vacances.

Pour participer à l'une d'entre elles, l'inscription est obligatoire par téléphone au 06 48 47 31 94.

Le jour J, pensez à apporter votre bouteille d'eau et un encas sain pour reprendre des forces (barre de céréales par exemple).

BOL D'OR KARTING (14-17 ans)

Lundi 15 février, à partir de 13h30

- Donnez votre meilleure performance lors de ce challenge chronométré en karting, sur circuit extérieur. **Tarif : 5 €**



BOL D'AIR VTT (12-14 ans)

Mercredi 17 et jeudi 25 février, de 14h à 17h

- Surpassez-vous lors de ce parcours technique à VTT (VTT personnel accepté selon état, renseignez-vous auprès des éducateurs sportifs auparavant). **Gratuit**

PARCOURS SANTE SPORT (12-14 ans)

Jeudi 18 février, de 14h à 17h

- Travaillez votre cardio et vos muscles grâce à ce circuit comportant 19 agrès différents. **Gratuit**

GLISSE URBAINE (12-14 ans)

Vendredi 19 et 26 février, de 14h à 17h

- Le wave board, ou le freeline skate, ça vous dit ? Initiez-vous à ces sports de glisse dans la bonne humeur, sous les conseils de pros. **Gratuit**

OBJECTIF STAGE



Des conseils pour vos recherches !

Vous êtes collégien ou lycéen et vous cherchez un stage ou une alternance ? Participez à des ateliers animés par des professionnels qui vous partageront leurs bonnes pratiques pour une recherche bien menée, et efficace.



AU PROGRAMME :

- **Jeudi 18 février, de 10h à 12h :**
méthodologie de recherche, savoir être en entretien
- **Vendredi 19 février, de 10h à 12h :**
sociogénogramme : connaître son environnement et les ressources pour trouver son stage
- **Vendredi 19 février, de 14h à 16h :**
atelier sophrologie pour mieux gérer son stress
- **Vendredi 26 février, de 14h à 17h :**
les codes et savoir-être en entreprise, à travers un jeu de plateau
- **Mercredi 17 mars, de 14h à 17h :**
optimiser son CV et sa lettre de motivation

Les ateliers se déroulent à l'hôtel de ville.

Attention, le nombre de places est limité.



POUR VOUS INSCRIRE, CONTACTEZ :

- Nadia Beldjilali au 01 34 33 46 81 ou nadia.beldjilali@cergy.fr
- ou vos référentes au Bureau information jeunesse au 06 29 86 61 98





ANIMATIONS

• BALADE À CHEVAL DANS LE VEXIN

Jeudi 18 février, de 14h à 17h

Une balade à cheval, ça vous dit ? Profitez d'un après-midi dans la bonne humeur pour découvrir ou redécouvrir les paysages du Vexin lors d'une balade équestre.

Attention, le nombre de places est limité. Les débutants sont acceptés.

Pour vous inscrire, contactez vos référentes au Bureau information jeunesse au 06 29 86 61 98 ou par mail : sindu.mohamed@cergy.fr ou cyrielle.chevalier@cergy.fr

• CONSTRUCTION DE TABOURETS EN PALETTES

Jeudi 25 février, de 10h à 16h

Sous la supervision d'une artiste ébéniste, construisez des tabourets à partir de palettes, pour accompagner le bar en palettes du Bureau information jeunesse de la ville, construit lors de précédents ateliers.

Attention, le nombre de places est limité.

Pour vous inscrire, contactez vos référentes au Bureau information jeunesse au 06 29 86 61 98 ou par mail : sindu.mohamed@cergy.fr ou cyrielle.chevalier@cergy.fr



• BOL D'OR KARTING (16-20 ANS)

Lundi 15 février, à partir de 13h30

Donnez votre meilleure performance lors de ce challenge chronométré en karting, sur circuit extérieur. Tarif : 5 €

Pour vous inscrire, contactez vos éducateurs sportifs au 06 48 47 31 97

POUR LES 16-30 ANS





ÊTRE AIDÉ DANS VOS PROJETS

LE DISPOSITIF CITOYENS DANS LA VI(LL)E : UNE AIDE FINANCIÈRE EN ÉCHANGE D'UNE JOURNÉE DE BÉNÉVOLAT

Vous avez un projet de vacances, de formation, d'activité professionnelle, de solidarités... ? La ville de Cergy vous propose une aide financière, humaine et administrative, en échange de 8 heures de bénévolat auprès de la mairie de Cergy ou d'une association cergyssoise. Les projets pouvant être financés par le dispositif Citoyens dans la vi(ll)e sont de différents types : passer son permis de conduire ou son BSR, son BAFA, sa formation PSC1, acheter son matériel de CAP, financer sa mobilité à l'étranger...

L'aide financière peut aller jusqu'à 500 €, selon les projets.

Pour poser vos questions et déposer un dossier, contactez vos référents jeunesse en maison de quartier ou le Bureau information jeunesse (contacts en page 10).

+ d'infos sur www.cergy.fr/cdlv



LE BOURSE JEUNES TALENTS : UNE AIDE FINANCIÈRE POUR DES PROJETS NOUVEAUX

Vous êtes sur le point d'entreprendre un projet novateur, dans n'importe quel domaine (culture, sport, environnement, solidarité, égalité femmes-hommes, ...) ? Que vous soyez seul ou en groupe, la bourse jeunes talents peut vous aider à le concrétiser.

La bourse peut être d'un montant maximal de 1 000 € pour un projet, et est attribuée sur dossier puis examen par un jury. Pour poser vos questions et déposer un dossier, contactez vos référents jeunesse en maison de quartier ou le Bureau information jeunesse (contacts en page 10).

+ d'infos sur jeunes.cergy.fr



Vos référents jeunesse

Vos référents jeunesse en maison de quartier sont disponibles pour répondre à vos questions, vous conseiller, et vous aider à monter vos dossiers de demande de subventions Citoyens dans la vi(ll)e et bourses jeunes talents.

- **Maison de quartier Axe majeur – Horloge :**

Patrick Nkounkou : 01 34 33 43 80 / 06 72 44 38 31
patrick.nkounkou@cergy.fr

- **Maison de quartier des Linandes :**

Claire Angot : 01 34 33 77 90 / 06 72 44 38 31
claire.angot@cergy.fr

- **Maison de quartier des Hauts-de-Cergy :**

Anne-Cécile Noble : 01 34 33 47 50 / 06 72 42 43 54
annececile.noble@cergy.fr

- **Maison de quartier des Toulouses :**

Mamadou Niakaté : 01 34 33 47 20 / 06 27 04 76 71 /
mamadou.niakate@cergy.fr

LE BUREAU INFORMATION JEUNESSE

Votre espace d'accueil et d'information



Le Bureau information jeunesse (BIJ) est un espace dédié aux 11-30 ans. Sur place :

- de la documentation sur des thématiques variées (orientation, emploi, service civique, sexualité, contraception, logement, voyage, bons plans...);
- des postes informatiques avec accès Internet et possibilité d'imprimer;
- les informatrices jeunesse disponibles pour répondre à vos questions.



Suivez-nous sur Instagram

@JeunesÀCergy

✌️ INFOS ET BONS PLANS ✌️

💎 ANIMATIONS 💎

👏 ÉVÉNEMENTS 👏

💪 ACCOMPAGNEMENT DANS VOS PROJETS 💪



PARTAGE TES PHOTOS, VIDÉOS, INFOS AVEC LE #JEUNESACERGY

MAIS AUSSI SUR :

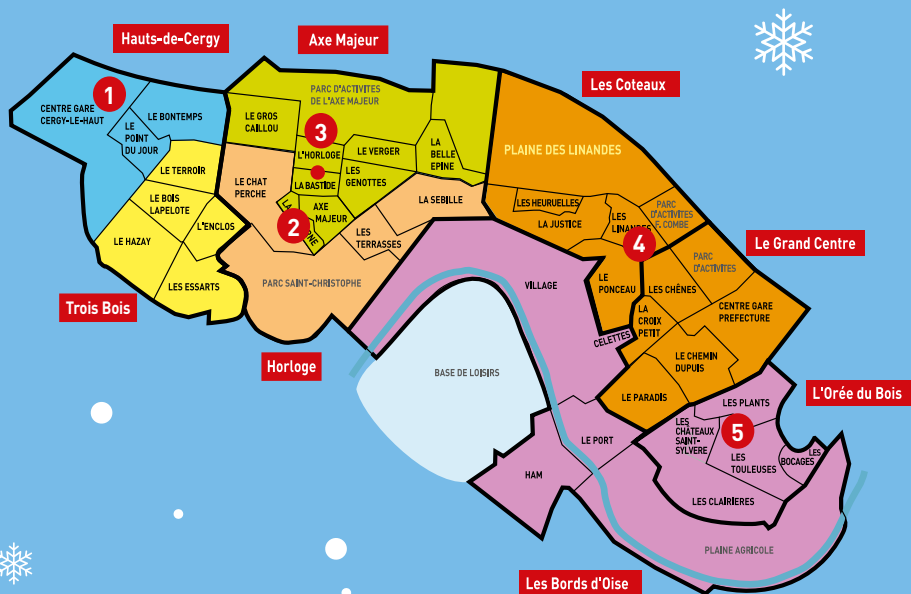


jeunes.cergy.fr



[villedecergy](https://villedecergy.fr)





**1 Maison de quartier
des Hauts-de-Cergy**

Visages du monde
10 place du Nautilus
☎ 01 34 33 47 50

**2 Maison de quartier
Axe Majeur-Horloge**

2 avenue du Jour
☎ 01 34 33 43 80

**3 Direction de la jeunesse
Hôtel de ville**

3 place Olympe-de-Gouges
☎ 01 34 33 43 70

**4 Maison de quartier
des Linandes**

Place des Linandes
☎ 01 34 33 77 90

**5 Maison de quartier
des Touleuses**

20 place des Touleuses
☎ 01 34 33 47 20

jeunes.cergy.fr



villedecergy



JeunesACergy

