



CHAQUE SEMAINE

ET EN PLUS CHAQUE MOIS...

MARDI

ACCUEIL
10-18 ans. 16h - 18h30. (fermé en décembre)

MERCREDI

REPAS POUR TOUS

Ouvert à toutes les générations. 11h30-13h. Un repas chaud, cuisiné avec des produits locaux, dans un espace de rencontre. Adulte 7.-, enfant 4.-

EBULLITION-ENFANT

6-12 ans. 14h-16h. Par Sandra et son équipe. Bricolage, cuisine, jeux, danse, musique etc. Info: 026 913 90 33, gratuit, sans inscription.

ACCUEIL

10-18 ans. 16h-18h30. (fermé en décembre)

STUDIO DE MUSIQUE

Dès 13 ans. 16h30-18h. Atelier de création de musique basé sur l'utilisation de machines et de programmes informatiques. Cours avec Vincent. Prix: 5.-/mois. Sur inscription.

DANSE HIP HOP

10-18 ans. 17h10-18h15. Cours de danse avec Moyna. Prix: 5.-/mois. Sur inscription.

JEUDI

ACCUEIL

10-18 ans. 16h - 18h30. (fermé en décembre)

AUTODÉFENSE POUR FILLES

13-18 ans, du 30.9 au 16.12, 16h30-17h45, 10 cours. Apprendre à savoir dire non, à savoir dire stop et à se défendre. Prix: 20.-/mois. Sur inscription.

DANSE SALSA

10-18 ans. 17h00-18h15. Cours de danse avec Lucie. Prix: 5.-/mois. Sur inscription.

VENDREDI

EBULLITION-ENFANT

6-12 ans. 15h30-17h30. Par Sandra et son équipe. Bricolage, cuisine, jeux, danse, musique etc. Info: 026 913 90 33, gratuit, sans inscription.

ACCUEIL

10-18 ans. 16h-18h30. (reste ouvert en décembre!)
16h30 à 17h15: **A FOND!** Des tournautes de ping-pong avec une musique à découvrir chaque semaine. Chaque victoire donne des points, le meilleur du semestre gagne un prix!
Pour tous. Gratuit. Sans inscription.

VIDEO

Ouvert à tous. 16h30-17h45. Découverte du 7ème art, réalisation d'un script, tournage et montage d'un film. Prix: 5.-/mois. Sur inscription.

STUDIO DE MUSIQUE

Dès 13 ans. 17h15-18h30. Atelier de création de musique basé sur l'utilisation de machines et de programmes informatique. Cours avec Elmir. Prix: 5.-/mois. Sur inscription.

DANSE ALBANAISE

6-25 ans, ouvert à tous. 18h-20h45. Découverte de la musique, des traditions et de la danse Albanaise. Gratuit. Info: 076 230 59 61.

ACCUEIL OU ACTIVITE EN SOIREE

10-18 ans. 19h-21h. (Sauf la veille du 1er samedi du mois, fermé en décembre). Les activités spéciales sont annoncées au Centre et sur centranim.ch, voir aussi "Et en plus chaque mois".

SAMEDI

ACCUEIL

10-18 ans. 14h-18h. (sauf 1er samedi du mois, fermé en décembre)

SEPTEMBRE

- ve 10 **BOUGEOTTE** La disco des 10-13 ans, avec les DJ du Centranim, de 19h à 21h. Soirée chapeaux, concours du chapeau le plus fun et du chapeau le plus farfelu.
- ve 24 **SOIREE FILLES « MOI ET MON CORPS »** Mon corps, mes changements, mon intimité, mes questions. Soirée avec Mme Grober, intervenante en santé sexuelle et reproductive. De 19h à 20h30, dès 12 ans, sur inscription.
- sa 25 **REUNION ADHESIF** Un programme sur 3 ans financé par le service du médecin cantonal, pour développer l'autonomie dans les loisirs. Des activités gratuites! A 14h.

OCTOBRE

- ma 5 **Dès le 5 EXPOSITION SUR LES PRÉJUGÉS**
- ve 8 **SOIREE GARCONS " MOI ET MON CORPS "** Mon corps, mes changements, mon intimité, mes questions. Soirée avec Mme Grober, intervenante en santé sexuelle et reproductive. De 19h à 20h30, dès 12 ans, sur inscription.
- ve 15 **BOUGEOTTE** La disco des 10-13 ans, avec les DJ du Centranim, soirée « disco » de 19h à 21h.
- ju 18 ou sa 23 **CENTRANIM ACADEMY** 6 jours d'initiation à la danse, au chant et à la vidéo, pour les 10-16 ans. Prix: 200.- tout compris. Sur inscription. Info: www.centranim.ch
- sa 23 **SPECTACLE DE LA CENTRANIM ACADEMY** à 20h à l'Aula de l'école secondaire. Les académiciens présentent le travail qu'ils ont réalisé durant la semaine de camp. Ouvert à tous, entrée libre.
- ma 26 ou ve 29 **VACANCES D'AUTOMNE** Ouverture du Centre du mardi au vendredi de 14h à 18h.
- me 27 et je 28 **PHOTO VALORISATION** 14-18 ans. Atelier sur l'estime de soi, mise en valeur par conseils-maquillage-relooking et séance photo individuelle. Participation 10.- pour 30 photos. Sur inscription
- me 27 **REUNION ADHESIF** Un programme sur 3 ans financé par le service du médecin cantonal, pour développer l'autonomie dans les loisirs. Des activités gratuites! A 18h.
- ve 29 **SOIREE FILLES " MOI ET MON CORPS "** Comment manger et se faire plaisir avec de bonnes attitudes alimentaires, soirée avec Mme Truan, diététicienne. De 19h à 21h30, avec confection du repas, dès 12 ans, sur inscription.

NOVEMBRE

- ve 12 **REUNION ADHESIF** Un programme sur 3 ans financé par le service du médecin cantonal, pour développer l'autonomie dans les loisirs. Des activités gratuites! A 19h.
- sa 13 **SORTIE EXTRAORDINAIRE AU TECHNORAMA ET VISITE DE LA VIEILLE VILLE DE WINTERTHUR.** Sur inscription jusqu'au 7 novembre. Laisse-toi aller à la découverte d'un monde inattendu et fais des découvertes scientifiques ou techniques, le Technorama ne manquera pas de te captiver. De 8h à 20h30, emmène 10.- et ton pic-nic.
- ve 19 **SOIREE FILLES " MOI ET MON CORPS "** la sexualité, la contraception, mes questions. Soirée avec Mme Telley du planning familial. De 19h à 21h, dès 12 ans, sur inscription.
- ju 22 ou ma 24 **ATELIER F3** Séminaire de formation aux techniques de recherche d'emploi pour le CO de la Tour-de-Trême, inscription au CO.
- ve 26 **BOUGEOTTE** La disco des 10-13 ans, "Twilight Party" avec les DJ du Centranim, de 19h à 21h.

DECEMBRE

- ve 3 ou je 23 **ATELIER DE CREATION DE BOUGIES ARTISANALES** Ouvert à tous. Mercredi 14h-17h. Jeudi 16h-19h. Vendredi 16h-20h. Samedi 14h-20h. Dimanche 14h-18h.
- ve 17 **SOIREE FILLES " MOI ET MON CORPS "** Bien-être et détente, bains thermaux et soins du corps. De 18h à 22h, 10 francs, dès 12 ans, sur inscription.
- me 22 **REUNION ADHESIF** soirée bougies et Noël d'Adhésif.
- ve 24 ou ve 31 **VACANCES DE NOEL** Le Centre est fermé la 1ère semaine des vacances

SUR NOTRE PROCHAIN PROGRAMME...

Tous les jeudis
SPORTE-TOI BIEN
un programme d'initiation à divers sports accompagné d'un goûter sain

1er au 9 janvier
VACANCES DE NOEL
le programme sera détaillé sur www.centranim.ch

22 janvier
LA NUIT DU JEU
De 17h à minuit. Une soirée de jeu en famille ou avec des amis, ouvert à tous. Collation sur place. En collaboration avec La Trappe à Jeux, Bulle de Crystal et Dzuyi.

31 janvier, 1 et 2 février
ATELIER F3
Séminaire de formation aux techniques de recherche d'emploi pour le CO de Bulle, inscription au CO.

8 au 12 mars
CAMP DE NEIGE
Ski et de snowboard au Moléson. En collaboration avec les centres de loisirs de Fribourg et d'Avry-sur-Matran. Prix: 260.- tout compris. Sur inscription. Info: www.centranim.ch

LE TRAVAIL FONDAMENTAL DU CENTRANIM C'EST...

- Travailler AVEC les jeunes, jamais à leur place.
- Promouvoir le respect, l'écoute, la patience et la politesse.
- Apprendre aux jeunes comment s'intégrer dans une vie citoyenne.
- Offrir une oreille aux préoccupations quotidiennes de la jeunesse.
- Proposer des actions de préventions.
- Aider dans la recherche de places d'apprentissage.
- Soutenir la réalisation de projets.
- Donner l'envie et les clés pour devenir un citoyen responsable.

NEWSLETTER

D'autres ateliers seront mis en place au fur et à mesure de l'année, restez au courant en vous inscrivant à notre newsletter à: prog@centranim.ch.

CALENDRIER

Faites bon accueil au tout nouveau calendrier de Centranim réalisé par les jeunes pour collecter des fonds. Il sera en vente dès le mois de décembre.

PARTENAIRES DANS NOS LOCAUX

- Bulle d'Air**
Accueil extrascolaire de midi au Centranim. Info: administration des écoles primaires, M. André Schibler, 026 919 49 00.
- Ebullition-enfant**: www.ebull.ch, 026 913 90 33.
- La Croix-Rouge Fribourgeoise**
Cours Baby Sitting. Info 026 347 39 58.
Cours de français gratuits. Info 026 347 39 40.
- Devoirs surveillés**: lundi, mardi, jeudi, 15h20-16h40.
Info: administration des écoles primaires, M. André Schibler, 026 919 49 00.
- Ecole des parents**: www.edpfr.ch
babette.hank@bluewin.ch, 026 401 45 46

RENSEIGNEMENT

Centranim • rue du Marché 16 • 1630 Bulle • T 026 913 86 44 • anim@centranim.ch
Toutes nos activités sont encadrées par des animateurs professionnels.