

ÉTÉ

PROGRAMME
D'ACTIVITÉS

Adultes

2025



La Fondation Cap Loisirs est subventionnée par



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra



REPUBLIQUE
ET CANTON
DE GENEVE

et membre de



Réseau Romand ASA

INSTITUTS
Genève

Association cantonale des institutions
pour personnes avec handicap

BIENVENUE À L'ÉTÉ !

Chères participantes et chers participants,

Une nouvelle année commence !

C'est le moment parfait pour imaginer ses prochaines vacances d'été.

Nous vous invitons à découvrir nos camps.

De juin à août, Cap Loisirs vous emmène à la découverte de nombreuses régions en Suisse dans de nouveaux lieux ou dans des lieux familiers et appréciés.

Entre nature et animaux, baignades et activités sportives, visites culturelles et ateliers créatifs, l'été sera riche de nouvelles expériences et de moments joyeux.

Nous espérons que vous aurez du plaisir à découvrir ce programme.

L'équipe de Cap Loisirs

RÉSERVEZ LA DATE

**Notre traditionnelle soirée Retrouvailles
est prévue le jeudi 2 octobre 2025**

COMMENT FAIRE VOTRE CHOIX ?

Besoin de soutien et catégorie d'âge

Nos prestations sont adaptées selon les besoins de soutien et l'âge des participants et des participantes.

BESOIN DE SOUTIEN IMPORTANT

Sensoriel adultes dès 18 ans

sensoriel

BESOIN DE SOUTIEN MOYEN À IMPORTANT

50 ans et plus

Seniors, personnes vieillissantes avec un rythme réduit ou besoin de soutien plus important en raison de l'âge

seniors

BESOIN DE SOUTIEN LÉGER À MOYEN

Adultes dès 18 ans semi-autonomes

Nous favorisons cependant la mixité des besoins et des âges. Si le groupe est équilibré et si l'activité le permet, des personnes avec des besoins de soutien et des âges différents peuvent être confirmées sur le même camp.

Vous pouvez aussi retrouver ce programme d'activités, ainsi que notre feuille d'inscription sur notre site internet : www.caploisirs.ch (page d'accueil : programme été)

SOMMAIRE

sensoriel

CAMP POUR PERSONNES AVEC UN BESOIN DE SOUTIEN IMPORTANT

Du 6 au 15 août 2025

Page 6

seniors

CAMPS POUR PERSONNES AVEC UN BESOIN DE SOUTIEN MOYEN À IMPORTANT

Du 14 au 27 juin 2025

Page 8

Du 18 au 31 août 2025

Page 10

CAMPS POUR PERSONNES AVEC UN BESOIN DE SOUTIEN LÉGER À MOYEN

Du 28 juin au 13 juillet 2025

Page 12

Du 28 juin au 18 juillet 2025

Page 14

Du 28 juin au 18 juillet 2025

Page 16

Du 19 juillet au 3 août 2025

Page 18

Du 26 juillet au 10 août 2025

Page 20

Du 26 juillet au 15 août 2025

Page 22

Conditions de participation

Page 24

Objectifs des prestations

Page 26

UN ÉTÉ ENSOLEILLÉ AU TESSIN

sensoriel

DES ACTIVITÉS ADAPTÉES DANS UN CADRE MAGNIFIQUE

Laissons-nous séduire par la beauté et la tranquillité du Tessin. Il y a des activités adaptées pour tout le monde et pour tous les goûts.

Nous partons entre amis à la découverte de lieux touristiques. En minibus, en train et aussi en bateau, nous explorons la région.

Nous mangeons de savoureux repas tessinois et bien évidemment de délicieuses glaces !

Sous le soleil et la chaleur de l'été, nous nous rafraîchissons dans le lac et les piscines. Nous nous détendons dans les bains thermaux.

Chaque journée, nous sommes répartis en petits groupes.

Cela permet d'organiser les activités selon le rythme de chacun et chacune.

INFOS PRATIQUES



Responsable
Attila
LASZLO



Hébergement
Hôtel Emmaus

Besoin de soutien important : sensoriel

Activités	Activités de bien-être, visites touristiques, gastronomie, baignades...
Date	Du 6 au 15 août 2025 - 10 jours
Lieu	Parkhotel Emmaus à Losone Canton du Tessin
Groupe	8 participant-es et 8 encadrant-es
Prix	CHF 1'800.-
Soirée d'info	Lundi 2 juin 2025 à 19h - Cap Loisirs
A noter	Hébergement hôtelier en chambres doubles Séjour avec rythme adapté

Objectifs

Vivre ensemble
et socialisation

Epanouissement
et bien-être



MARÉCOTTES : NATURE, CUISINE ET DÉTENTE

seniors

ENTRE SAVEURS LOCALES, SORTIES ET MOMENTS DE CALME EN MONTAGNE

Nous logeons dans une maison charmante et confortable aux Marécottes.

Il y a des chambres à deux lits et un ascenseur.

Les Marécottes se trouvent dans la belle vallée du Trient, en Valais.

Chaque jour nous choisissons une ou plusieurs activités en fonction de nos envies et de notre énergie.

Nous profitons de la nature et de l'air frais des montagnes.

À la maison, nous faisons des activités sur le thème des plantes alpines :

- nous fabriquons des cartes postales
- nous préparons des recettes amusantes
- nous cuisinons avec des plantes sauvages

Nous découvrons la région en faisant des sorties.

Nous prenons le minibus ou le train pour visiter de beaux endroits : le Jardin Alpin, la Fondation Gianada, le barrage d'Emosson...

Nous nous détendons dans les bains thermaux ou à la piscine. Nous mangeons aussi au restaurant.

INFOS PRATIQUES



Responsable
Sylvie
TRINCHERO



Hébergement
Maison
Mont-Blanc

Besoin de soutien moyen à important : 50 ans et plus

Activités

Ateliers créatifs, visites touristiques et culturelles, gastronomie, baignades, détente...

Date

Du 14 au 27 juin 2025 - 14 jours

Lieu

Maison Mont-Blanc aux Marécottes
Canton du Valais

Groupe

12 participant-es et 8 encadrant-es

Prix

CHF 1'850.-

Soirée d'info

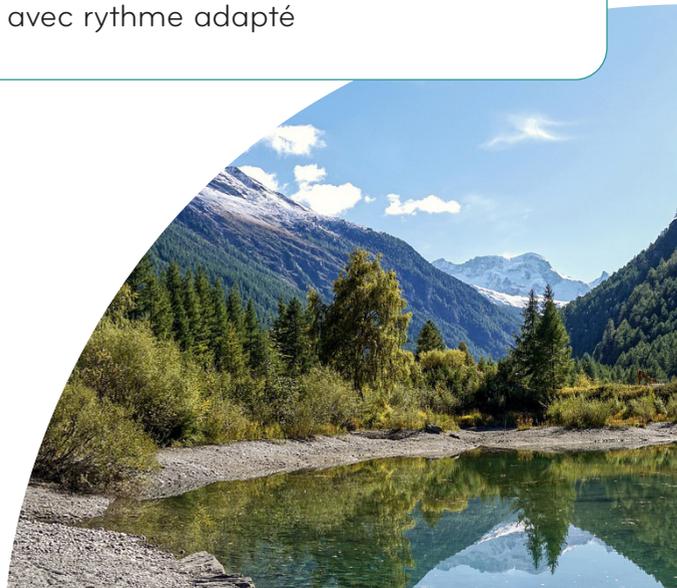
Jeudi 22 mai 2025 à 16h30 - Cap Loisirs

A noter

Séjour avec rythme adapté

Objectifs

Autodétermination
Epanouissement
et bien-être



LES SONS DU VALAIS

seniors

UN SÉJOUR RYTHMÉ PAR LES SONS ET LA NATURE VALAISANNE

Nous logeons dans une maison charmante et confortable aux Marécottes.

Il y a des chambres à deux lits et un ascenseur.

Les Marécottes se trouvent dans la belle vallée du Trient, en Valais.

Chaque jour nous choisissons une ou plusieurs activités en fonction de nos envies et de notre énergie.

Nous découvrons le Valais à travers différents sons.

Depuis notre maison, nous écoutons le bruit des loups et les cloches des vaches.

Lors de nos activités, nous enregistrons des sons pour faire un album sonore de la région.

Nous chantons et nous jouons de la musique.

Il y a des musiciens et des musiciennes avec nous.

Nous allons aussi écouter des concerts.

Nous allons aux bains thermaux ou à la piscine.

Nous profitons du calme des montagnes.

INFOS PRATIQUES



Responsable
Nicolas
TSCHANZ



Hébergement
Maison
Mont-Blanc

Besoin de soutien moyen à important : 50 ans et plus

Activités	Musique, ateliers musicaux, concerts, balades, détente, baignades...
Date	Du 18 au 31 août 2025 - 14 jours
Lieu	Maison Mont-Blanc aux Marécottes Canton du Valais
Groupe	12 participant-es et 8 encadrant-es
Prix	CHF 1'850.-
Soirée d'info	Jeudi 19 juin 2025 à 16h30 - Cap Loisirs
A noter	Séjour avec rythme adapté

Objectifs

Création et expression
Vivre ensemble
et socialisation



ANIMAUX, NATURE ET BAINADES

UN SÉJOUR ACTIF EN PLEINE NATURE ET ENTOURÉS D'ANIMAUX

La première semaine, nous logeons dans une maison dans le Jura. La maison est entourée de chevaux des Franches-Montagnes. Nous nous baladons à leurs côtés et visitons leurs manèges. Nous faisons de la randonnée pour découvrir les montagnes jurassiennes.

Nous créons du Land art dans les forêts environnantes. Le Land art, c'est créer des œuvres avec des matériaux de la nature.

La deuxième semaine, nous logeons dans une maison à Prêles. Notre maison se trouve au-dessus du lac de Bienne. Nous allons voir des animaux dans des fermes.

Nous profitons du lac de Bienne pour nous baigner, faire du pédalo et du paddle.

En vélo, nous nous baladons le long des berges.
En bateau, nous visitons l'île Saint-Pierre.

Nous découvrons aussi la faune et la flore du lac de Bienne.

Avec délice, nous profitons de goûter aux spécialités culinaires de la région !

INFOS PRATIQUES



Responsable
Larry
GIOVO



Hébergement
Gîte du Lichen
Bleu

Besoin de soutien léger à moyen

Activités	Animaux, randonnées, visites touristiques, ateliers créatifs, baignades, pédalo...
Date	Du 28 juin au 13 juillet 2025 - 16 jours
Lieux	Le Gîte du Lichen Bleu à Saignelégier Du 28.06 au 05.07 - Canton du Jura Begegnungszentrum Adventure à Prêles Du 05.07 au 13.07 - Canton de Berne
Groupe	12 participant-es et 6 encadrant-es
Prix	CHF 2'300.-
Soirée d'info	Mercredi 4 juin 2025 à 19h - Cap Loisirs
A noter	Bonne condition physique

Objectifs

Vivre ensemble
et socialisation
Connaissance du milieu



MUSIQUES, CHANTS ET PERCUSSIONS

EXPLORATIONS SONORES ET MUSICALES

Nos vacances sont rythmées par la musique.

Nous chantons et jouons avec différentes percussions.

Nous enregistrons les sons de nos vacances.

Dans des festivals, nous écoutons des concerts.

Nous découvrons des styles de musique comme le jazz et le blues.

Nos charmantes maisons sont en vieilles pierres et typiques des montagnes.

Nous explorons deux vallées alpines proches de Locarno.

Lors de nos balades, nous profitons des lacs de montagnes.

Nous nous baignons dans les rivières et aussi aux bains thermaux.

Nous mangeons les spécialités des montagnes tessinoises : fromages, charcuteries, polenta... dans un grotto.

Un grotto est un restaurant traditionnel tessinois en pierre.

INFOS PRATIQUES



Responsable
Nicolas
TSCHANZ



Hébergement
Casa Antica

Besoin de soutien léger à moyen

Activités	Musique, chants, festivals, balades, baignades, gastronomie...
Date	Du 28 juin au 18 juillet 2025 - 21 jours
Lieux	Casa Antica à Sornico Du 28.06 au 07.07 - Canton du Tessin Casa Rustico à Onsernone Du 07.07 au 18.07 - Canton du Tessin
Groupe	12 participant-es et 6 encadrant-es
Prix	CHF 2'800.-
Soirée d'info	Lundi 2 juin 2025 à 19h - Cap Loisirs

Objectifs

Acquisition
et apprentissage
Création et expression



CARNAVAL MARGINAL

DE LA CRÉATION, DES AMITIÉS, DE LA DANSE ET BEAUCOUP DE JOIE

Partons pour une aventure créative et joyeuse,
à Saint-Maurice, à Bellinzone et à Genève.

Ensemble, nous créons une parade originale avec nos émotions
et nos personnalités.

Lors des ateliers de théâtre et mouvement, chacun et chacune
peut exprimer ses idées.

Nous préparons le carnaval en créant un char et des danses.

Nous rencontrons les habitant-es de la région pour partager
nos expériences et parader ensemble.

D'abord à Saint-Maurice, dans le calme des montagnes,
nous partageons nos histoires de vie.

Puis à Bellinzone, place à la fête : sorties en ville, barbecues, lac,
pédalos. Une vraie ambiance estivale !

Enfin, retour à Genève pour finir avec le carnaval marginal :
un défilé, de la danse et un char décoré.

Nous paradons dans les rues genevoises. C'est une fête ouverte
à toutes et tous. Parce que la meilleure fête est celle qu'on crée
ensemble. Rejoins le carnaval marginal !

INFOS PRATIQUES



Responsable
Mateo
GIANNINI



Hébergement
La Sementina

Besoin de soutien léger à moyen

Activités	Carnaval, ateliers de théâtre, visites touristiques, fêtes, baignades...
Date	Du 28 juin au 18 juillet 2025 - 21 jours
Lieux	Abbaye de Saint-Maurice Du 28.06 au 07.07 - Canton du Valais AirBnB La Sementina à Bellinzona Du 07.07 au 15.07 - Canton du Tessin Auberge de jeunesse de Nyon Du 15.07 au 18.07 - Canton de Vaud
Groupe	12 participant-es et 6 encadrant-es
Prix	CHF 2'800.-
Soirée d'info	Lundi 2 juin 2025 à 19h - Cap Loisirs
A noter	Projet artistique Parade du Carnaval marginal le 17 juillet

Objectifs

Création et expression
Autodétermination
Participation sociale
et culturelle



LES SECRETS DES MOULINS

DÉCOUVERTE ET CONSTRUCTION DE MOULIN À EAU

Dans la région d'Emmental , nous dormons dans une maison avec un vrai moulin à eau, comme à l'époque !

Nous découvrons comment un moulin fonctionne.

Comme des scientifiques, nous comprenons comment l'eau peut créer de l'énergie.

Comme des artisans et des artisanes, nous construisons notre propre moulin.

Nous profitons aussi de visiter la région et de goûter son fameux fromage à trous : L'Emmental

La deuxième semaine, nous allons dans la région du Jura. Notre maison est à côté de nombreuses rivières et du lac de Neuchâtel.

Avec le courant de l'eau des rivières, nous faisons tourner notre moulin.

Nous visitons des barrages hydrauliques, nous pouvons même entrer à l'intérieur d'un barrage.

Nous cuisinons de délicieux repas tout au long du séjour. Nous profitons de l'été pour nous baigner et nous détendre.

INFOS PRATIQUES



Responsable
Lucy
SOBCZAK



Hébergement
Kulturmühle

Besoin de soutien léger à moyen

Activités

Moulins à eau, expériences scientifiques, construction, visites touristiques et culturelles, baignades, détente...

Date

Du 19 juillet au 3 août 2025 - 16 jours

Lieux

Kulturmühle à Lützelflüh en Emmental

Du 19.07 au 26.07 - Canton de Berne

Colonie Sur-le-Vau au Val-de-Travers

Du 26.07 au 03.08 - Canton de Neuchâtel

Groupe

12 participant-es et 6 encadrant-es

Prix

CHF 2'300.-

Soirée d'info

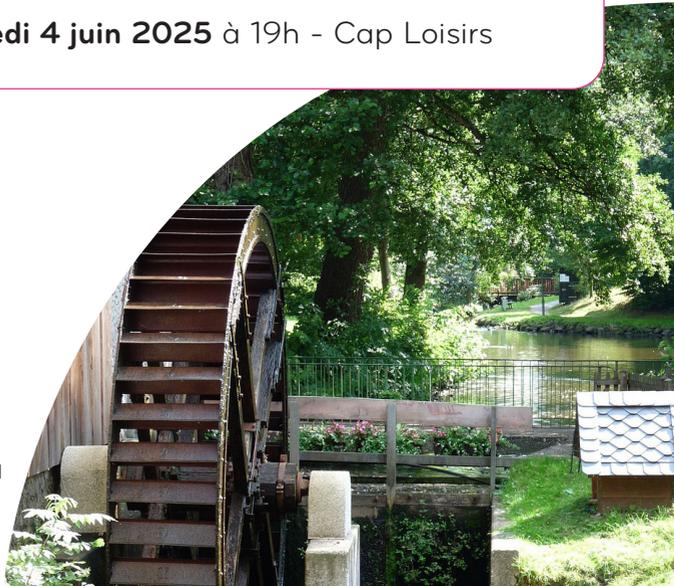
Mercredi 4 juin 2025 à 19h - Cap Loisirs

Objectifs

Acquisition

et apprentissage

Connaissance du milieu



COUP DE CRAYON À ZURICH

RÉSIDENCE D'ART VISUEL, ENTRE CULTURE ET NATURE

Laisse libre cours à ta créativité dans un magnifique cadre près du lac de Zurich !

Nous sommes des artistes et nous créons des œuvres.

Nous logeons dans une maison à Schönenberg, proche du lac. Nous découvrons la nature, les nombreux lacs et la campagne. Nous organisons des ateliers de photographie et de dessin en extérieur.

Pour nous inspirer, nous découvrons l'art contemporain. Nous visitons aussi des ateliers d'artiste et des musées. Avec des artistes, nous participons à des ateliers.

Bien sûr nous profitons aussi de l'été pour nous baigner, manger au restaurant et faire la fête !

INFOS PRATIQUES

Responsable
Damien
JUILLARD



Hébergement
Haus Zweierhof

Besoin de soutien léger à moyen

Activités	Résidence artistique, activités créatrices, ateliers photos, découverte de la nature, musées, baignades, fêtes...
Date	Du 26 juillet au 10 août 2025 - 16 jours
Lieu	Haus Zweierhof à Schönenberg Canton de Zurich
Groupe	12 participant-es et 6 encadrant-es
Prix	CHF 2'300.-
Soirée d'info	Mercredi 11 juin 2025 à 19h - Cap Loisirs
A noter	Les œuvres seront exposées lors de la soirée Retrouvailles.

Objectifs

Création et expression
Acquisition
et apprentissage



SAUVONS LE VILLAGE DE LOCO !

RÉALISONS UN FILM D'ACTION

Une information étonnante nous est parvenue.

Les habitants et habitantes de Loco ont vu d'étranges créatures apparaître dans la nuit.

Les super-héros ont pour mission de protéger le village de Loco.

Rejoignons l'aventure, devenons acteur et actrice,
et transformons-nous en super-héros et super-héroïnes !

Nous réalisons des décors et des costumes pour notre film.
Notre maison est notre studio de cinéma.

C'est une jolie maison dans le village de Loco au Tessin.

Nous profitons aussi de nos vacances pour faire
des excursions en train et en bateau.

Nous nous baignons et faisons des balades.

INFOS PRATIQUES



Responsable
Marie-France
BOINET



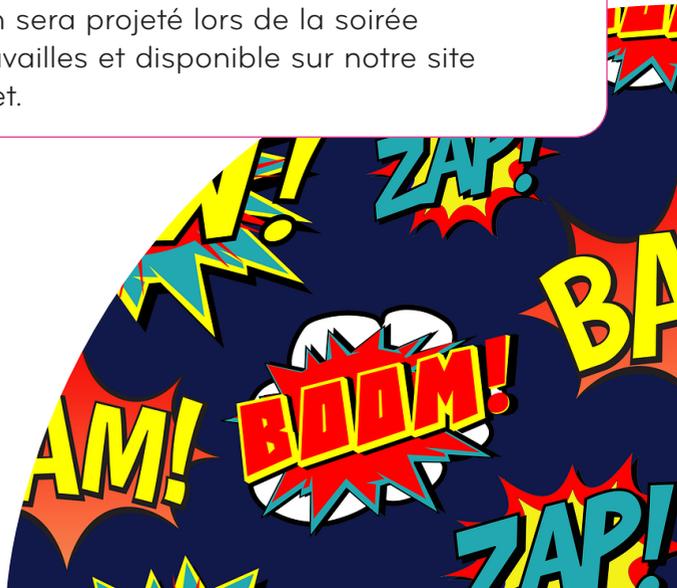
Hébergement
Casa Schira

Besoin de soutien léger à moyen

Activités	Réalisation d'un film, aventures, super-héros, ateliers créatifs, excursions, baignades...
Date	Du 26 juillet au 15 août 2025 - 21 jours
Lieu	Casa Schira à Loco Canton du Tessin
Groupe	12 participant-es et 6 encadrant-es
Prix	CHF 2'800.-
Soirée d'info	Mercredi 11 juin 2025 à 19h - Cap Loisirs
A noter	Le film sera projeté lors de la soirée Retrouvailles et disponible sur notre site internet.

Objectifs

Création et expression
Vivre ensemble
et socialisation



CONDITIONS DE PARTICIPATION

PARTICIPANT-ES

Nos prestations s'adressent à des adultes avec une déficience intellectuelle dès 18 ans résidant dans le canton de Genève et affiliés à l'AI (Assurance Invalidité).

INSCRIPTION

Les inscriptions doivent nous parvenir avant le mardi 11 février 2025 par courrier ou par e-mail.

Les inscriptions se font au moyen du formulaire annexé ou disponible sur notre site internet.

Vous pouvez aussi envoyer ce document par e-mail à :
lucy.anido@caploisirs.ch

Les demandes tardives ne pourront être prises en considération qu'en fonction des éventuelles places disponibles.

CONFIRMATION

Les confirmations sont envoyées par courrier d'ici fin mars.

VALIDATION ET PAIEMENT

La totalité de la facture doit être payée dans les 30 jours suivant l'envoi de la confirmation.

En cas de problèmes financiers, nous vous invitons à prendre contact avec notre secrétariat.

DÉSISTEMENT

Tout désistement doit être annoncé par écrit le plus tôt possible. Les délais de désistements et frais facturés sont les suivants :

- **jusqu'au 15 mai** : Pas de frais facturés
- **du 16 mai au 15 juin** : 50% du prix
- **dès le 16 juin** : 100% du prix

Il est fortement recommandé de conclure, de manière privée, une assurance annulation pouvant couvrir les frais de désistement facturés par Cap Loisirs.

Assurance annulation :

- Si vous devez annuler votre séjour à Cap Loisirs, cette assurance vous remboursera les frais de désistement selon ses conditions.

Si vous êtes malade :

- Vous devez envoyer le certificat médical à votre assurance annulation.
- Vous devrez quand même payer les frais de désistement à Cap Loisirs.

OBJECTIFS DES PRESTATIONS

La Fondation Cap Loisirs a défini deux types d'objectifs : statutaires et spécifiques*.

Les objectifs statutaires sont issus des statuts de la Fondation. Toutes nos prestations et activités y contribuent.

Les objectifs spécifiques, quant à eux, se déclinent de manière transversale à travers nos prestations pour assurer un accompagnement adapté et de qualité auprès des participant-es. Les objectifs visés peuvent varier en fonction des besoins de soutien et du type d'activité.

OBJECTIFS STATUTAIRES

Autonomie

Contribuer dans différents domaines au renforcement des connaissances et des capacités cognitives et motrices des personnes avec une déficience intellectuelle, afin de favoriser leur indépendance et leur autodétermination.

Inclusion sociale

Contribuer au développement des compétences sociales et relationnelles des personnes avec une déficience intellectuelle et renforcer leur compréhension de l'environnement sociétal afin de favoriser leur inclusion dans la société, leur participation active et reconnue à la vie socioculturelle de leur cité, et l'accès à des loisirs comme tout un chacun.

Formation et développement

Contribuer à l'épanouissement et au bien-être des personnes avec une déficience intellectuelle en promouvant l'acquisition de compétences et connaissances propres, notamment par la pratique de sports et d'activités culturelles ou sensorielles, dans le but de valoriser leur savoir-faire, de renforcer leur confiance en soi, et de leur permettre d'être reconnues.

Soutien aux proches

Assurer un rôle de soutien aux proches aidants et de complémentarité à la prise en charge en institution en offrant aux personnes avec une déficience intellectuelle des activités de loisirs, sport et culture.

Permettre ainsi aux parents de se ressourcer, de consacrer du temps à la fratrie, ou de poursuivre leur activité professionnelle, et aux institutions d'offrir des prestations alternatives contribuant au bien-être et au développement de leurs résident-es.

**Les objectifs de Cap Loisirs présentés prennent en compte les statuts de la Fondation ainsi que les concepts spécialisés de l'Office Fédéral des Assurances Sociales (OFAS) et de notre faitière, le Réseau Romand ASA (RRASA), pour la période 2024-2027.*

OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

Acquisition et apprentissage

Soutenir l'acquisition, le maintien ou le renforcement de compétences, connaissances et savoir-faire nouveaux ou existants. Encourager l'expérimentation et la pratique d'activités culturelles, sportives et de découvertes. Favoriser, quand c'est possible, l'autonomisation de la pratique.

Création et expression

Valoriser la création artistique et l'expression sous forme individuelle ou collective. Créer des conditions propices à leur développement. Nourrir l'imaginaire, stimuler l'élan créateur et enrichir le bagage culturel.

Vivre ensemble et socialisation

Développer les compétences sociales. Familiariser les participant-es aux normes et aux codes sociaux utiles à la vie en collectivité. Apprendre à reconnaître et respecter les autres en favorisant le partage et l'effort commun, et en facilitant la création de liens d'amitié et de confiance.

Participation sociale et culturelle

Participer, comme tout un chacun, à la vie de la Cité, autant en tant qu'acteur-trice qu'en tant que consommateur-trice.

Sensibiliser la population et faire évoluer les représentations sociales par des actions, communications, projets et évènements.

Autodétermination

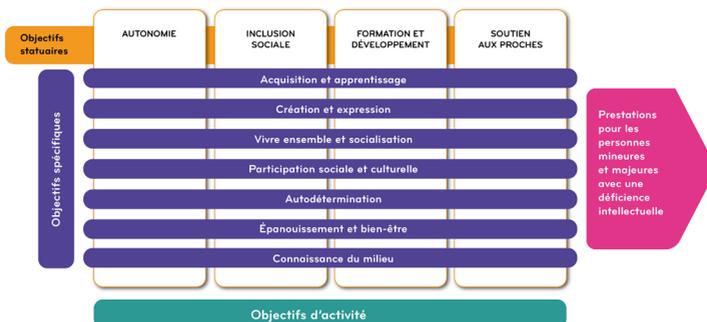
Renforcer les capacités d'agir et de gouverner sa vie dans un but d'autodétermination. Améliorer la concentration et l'écoute, apprendre à se connaître soi-même. Encourager la capacité de faire des choix et de prendre des décisions libres d'influence.

Épanouissement et bien-être

Proposer un cadre ou des activités propices à l'épanouissement et permettant une ouverture aux autres. Développer la conscience corporelle et sensibiliser aux cinq sens. Apprendre à se ressourcer et à se détendre.

Connaissance du milieu

Faire découvrir un environnement ou patrimoine naturel ou urbain. Sensibiliser à l'histoire et à la nature. Permettre aux participant-es d'explorer leur culture et d'autres modes de vie, d'interagir avec le milieu, ou de partager des traditions. Vivre des évènements significatifs dans les domaines du sport, de la culture ou autre.



Fondation Cap Loisirs

Rue Jean-Louis Hugon 5
1205 Genève

022 731 86 00

caploisirs@caploisirs.ch



caploisirs.ch