

PROGRAMME
SUIVEZ LE CHEF !
DU 2 AU 6 JANVIER 2023 &
DU 13 AU 17 FÉVRIER
8-12 ANS



Deviens chef de cuisine pendant une semaine...en compagnie de supers-chefs cuisiniers, **Huguette**, notre cuisinière attitrée et **Aimé Zadi**, coach sportif et nutritionniste, qui vont partager avec toi leur passion ! Relève le défi de nourrir tous tes autres camarades des Ateliers Bulles d'air !
Semaine associant l'art de la cuisine, bien-être et sport !
Aimé, restera à disposition toute la semaine du camp pour répondre aux questions spécifiques sur la nutrition et le sport à tes parents au 076 766 29 23

LUNDI

Matin :

Préparation du repas de midi :
Steak de légumes ou steak de bœuf, tagliatelles, carottes au persil
Dessert : cake nature

Après-midi :
Activités sportives

MARDI

Matin :

Préparation du repas de midi :
Riz sauté aux légumes ,cuisses de poulet
Dessert : sorbet

Après-midi :
Création de ton livre de recettes

MERCREDI

Matin :

Mercredi Marché et ensuite repas au restaurant

Après-midi :
Initiation aux padels

JEUDI

Matin :

Préparation du repas de midi :
Soupe de saison
Dessert : Compote de pommes

Après-midi :
Visite de l'Allimentaruin

VENDREDI

Matin :

Préparation du repas de midi :
Croque-Monsieur
Dessert : fruits de saison

Après-midi :
Piscine Anéna

AFFAIRE À PRENDRE

Veillez vêtir vos enfants en fonction de la météo.

Cheveux longs attachés

Gourde, pantoufles

Prévoir habits, chaussures de sport et linge pour les après-midi

Vendredi : affaires de piscine (bonnet de bain pour cheveux longs)

PROGRAMME
SOIS LE GARDIEN DE LA NATURE !
DU 13 AU 17 FÉVRIER
4-7ANS



L'hiver est une saison particulière qui apporte beaucoup de sensations...
Viens les découvrir et profiter du grand air !

LUNDI 13

Matin :
Jeux et énigmes sur les orties !
Animés par les animateurs

Après-midi :
Cuisine: Soupe aux Orties

MARDI 14

Matin :
Jouons avec Dame Nature

au Bois Genoux
Romanel-sur-Lausanne

Toute la journée

MERCREDI 15

Matin
Marché de Lausanne

Après-midi :
Cuisine : soupe de saison

JEUDI 16

Toboganning, Direction Leysin
Toute la journée
(En cas de mauvais temps,
reporté à vendredi 17)

VENDREDI 17

Carnaval de Sion :
Toute la journée

N'oublie pas de prendre ton
costume !

**AFFAIRE À
PRENDRE**

**Veillez vêtir vos enfants avec
des vêtements non dommages ,
en fonction de la météo et de
l'activité.**

Gourde, pantoufles

Important :
mardi et jeudi :
**Prendre habits de rechange et
chaussettes**

PROGRAMME
UN BOL D'AIR
DU 13 AU 17 FÉVRIER
8-12 ANS



L'hiver est une saison particulière qui apporte beaucoup de sensations...
Viens les découvrir et profiter du grand air !

LUNDI 13

Matin :
Patin à glace

Après-midi :
Cuisine : Crumble aux pommes

MARDI 14

Matin :
Jeux de piste au
Chalet-à-Gobet

Après-midi :
Terrain aventure

MERCREDI 15

Matin :
Promenade en compagnie des
Huskies
à Champéry

Après-midi :
Activités dans les environs de
Champéry

JEUDI 16

Toboganning, Direction Leysin
Toute la journée
(En cas de mauvais temps,
reporté à vendredi 17)

VENDREDI 17

Carnaval de Sion :
Toute la journée

N'oublie pas de prendre ton
costume !

**AFFAIRE À
PRENDRE**

**Merci de bien habiller vos
enfants en fonction de la météo.**

Important :
mercredi et jeudi :
**Prendre habits de rechange et
chaussettes**

PROGRAMME
SOIS L'APPRENTI(E)...
DU 20 AU 24 FÉVRIER
4-12 ANS



Un artiste, quelle que soit sa discipline, sera passionné pour nous transmettre tout son savoir-faire et sa motivation !

LUNDI 20

Matin :
Jeux et créations avec des kapla

Après-midi :
Jeux dans les environs de Lausanne

MARDI 21

Matin :
Atelier avec un photographe

Après-midi :
Terrain aventure

MERCREDI 22

Matin :
Viens découvrir le monde d'un violoniste

Après-midi :
Concert

JEUDI 23

Le matin :
Visite d'un bucherons de la Ville de Lausanne

Après-midi :
Jeux extérieurs dans les environs de Lausanne

VENDREDI 24

Le matin:
Visite de l'Alimentarium

Après-midi :
Cuisine : Crêpe-party

**AFFAIRE À
PRENDRE**

Merci de bien habiller vos enfants en fonction de la météo.

Gourde et pantoufles