

**Venez nous rejoindre !**



**Cours organisés par Solidarité-Handicap mental**

**Rue du Maupas 49, 1004 Lausanne. Tél : 021.648.25.82**

**En partenariat avec Pro Infirmis Vaud**



**FORMATION CONTINUE POUR ADULTES  
PROGRAMME DES COURS 2015-2016**

# Solidarité- Handicap mental

Le **Centre FCPA** est une prestation de l'association Solidarité-Handicap mental.

Nos objectifs sont les suivants :

- Susciter et encourager la réflexion sur les questions relatives aux personnes mentalement handicapées.
- Promouvoir l'éducation et la formation, le développement et l'autonomie, la prise en charge et l'intégration des personnes handicapées dans tous les domaines de la vie privée et publique, quels que soient leur âge et le degré de leur handicap.
- Organiser des prestations répondant aux besoins des enfants et des adultes handicapés, ainsi que des familles.
- Informer le public et les milieux intéressés sur les besoins, les droits et les compétences des personnes handicapées mentales.
- Prendre position sur les questions concernant les personnes handicapées mentales dans notre société.

**Pour en savoir plus ? [www.solidarite-handicap.ch](http://www.solidarite-handicap.ch)**

Pour soutenir le Centre de formation continue :  
CCP Solidarité-Handicap mental 17-691544-0 ou  
IBAN CH28 0076 7000 A021 7091 1

Vous pouvez aussi devenir membre de Solidarité-Handicap mental et recevoir ainsi des informations régulières sur nos activités et nos combats.

Inscription en ligne sur notre site ou par téléphone au : 021.648.25.82. Kirsten Gigase, Isabel Messer et Jean-Baptiste Mardelle répondent avec plaisir à vos questions.

**La formation continue a besoin de votre soutien !**

## Règlement et modalités

### Inscriptions

- Les inscriptions sont acceptées par ordre d'arrivée.
- **Il est recommandé d'indiquer un deuxième choix.**
- Chaque étudiant peut suivre le nombre de cours qu'il désire, en fonction des places disponibles. Il est également possible de s'inscrire plusieurs années consécutives au même cours.
- Le délai d'inscription concerne tous les cours, **y compris ceux qui débutent l'année suivante.**
- Pour autant que le cours ait lieu, les participants reçoivent une confirmation et une facture. **Si vous ne recevez aucun courrier d'ici au 1<sup>er</sup> novembre**, cela signifie que votre inscription n'a pu être retenue, faute de place.
- Les informations plus détaillées (dates, lieu, horaires, coordonnées des enseignants, etc.) sont transmises quinze jours avant le début du cours.

### Ecolages

- **En cas de désistement après avoir reçu confirmation de l'inscription, l'écolage est dû.**
- Tout cours commencé est entièrement dû. Les étudiants peuvent arrêter un cours à tout moment, mais la finance d'inscription ne leur est pas remboursée. En revanche, si le Centre FCPA exclut un participant, l'écolage est remboursé au pro rata du nombre de séances restantes.
- En cas de maladie ou d'accident, les ecolages ne sont pas remboursés. Seul l'écolage « Transport » est restitué au pro rata des séances manquées.
- Lorsque le Centre FCPA doit annuler une séance, celle-ci est en principe remplacée ou remboursée.
- Des **facilités de paiement** peuvent être négociées avec la direction du Centre FCPA (échelonnement, report, etc.).

## Participation aux cours

- Si un cours est complet ou si le contenu ne semble pas adapté aux capacités de l'étudiant, le Centre FCPA se réserve le droit d'inscrire la personne dans le second choix indiqué ou dans un cours similaire.
- En cas d'absence, **il convient de prévenir avant tout le chauffeur du Centre FCPA** (si la personne bénéficie d'un transport) **et l'enseignant**. Le Centre FCPA n'est pas en mesure de transmettre ces informations.
- Si vous devez prendre **une médication** durant les heures de cours et que vous avez besoin d'aide pour cela, nous devons impérativement recevoir une information écrite à ce sujet, **AVANT le début du cours**. Cette règle vaut également pour les traitements après les crises d'épilepsie.
- Les convocations détaillées précisent quel matériel ou quelle tenue sont nécessaires pour suivre le cours choisi.
- Les cours de cuisine prévoient un repas que les participants consomment à la fin du cours. En revanche, les pique-niques ne sont pas autorisés durant les cours.
- Le Centre FCPA se réserve le droit d'exclure un participant pour un motif grave (vol, violence, etc.)
- En cas de dégâts commis sur le matériel mis à disposition, le Centre FCPA transmet la facture à la personne responsable du dommage.

## Protection des données

- Les étudiants qui ne veulent pas que leur **photo** paraisse dans les imprimés de l'association Solidarité-Handicap mental doivent en informer le secrétariat.
- Le Centre FCPA s'engage à traiter toute information relative aux participants avec la plus grande confidentialité.

## Réclamation

- En cas d'insatisfaction, les participants peuvent en tout temps s'adresser aux formateurs ou à la direction du Centre FCPA : **021.648.25.82** ou **shm@solidarite-handicap.ch**

# Thématique:



# cuisine

## 1/ Faire son repas de A à Z

### Descriptif :

Dans ce cours, chaque participant dispose de son bloc cuisine et réalise toutes les étapes du menu. Le but est d'apprendre à faire la cuisine de la façon la plus autonome possible, à utiliser une cuisinière, à peser les aliments.

Après le repas, chacun fait les rangements et les nettoyages de la cuisine.

### Remarque :

**Ce cours s'adresse aux personnes vivant à domicile ou ayant un projet de vie autonome.**



Jour et horaire	: mercredi de 18h. à 20h.30
Lieu	: Lausanne
Début du cours	: novembre 2015
Nb. de séances	: 10
Prix du cours	: 130 fr.
Nb. de participants	: 6
Formatrice	: Mme Anne-Marie Foare

## 2/ Une cuisine simple et saine

### Descriptif :

Les objectifs de ce cours ?

- Réaliser des recettes en 20 minutes environ
- Avoir des repères en nutrition
- Découvrir des alternatives à la crème, au beurre
- Varier les utilisations d'un ingrédient
- Avoir du plaisir à goûter, savourer, manger.

### Remarque :

**Ce cours s'adresse aux personnes qui ont déjà une expérience en cuisine**



Jour et horaire	: lundi de 18h. à 21h.
Début des cours	: mars <b>2016</b>
Lieu	: Lausanne
Nb. de séances	: 10
Prix du cours	: 130 fr.
Nb. de participants	: 7
Formatrice	: Mme Carole Maubert Stamm

### 3/ La cuisine comme à la maison

Descriptif :

Cuisiner un bon menu avec des ingrédients de tous les jours. Ce cours vous permettra de trouver des idées et d'apprendre les règles de base pour confectionner entrée, plat principal et dessert « comme à la maison », à déguster tous ensemble.

Remarque :

Ce cours s'adresse à toutes les personnes intéressées par la cuisine.



Jour et horaire : jeudi de 18h. à 21h.  
Début des cours et : novembre 2015 à Lausanne  
Lieux : mars **2016** à **Morges**  
Nb. de séances : 10  
Prix du cours : 130 fr.  
Nb. de participants : 9  
Formatrices : Mme Nathalie Haussener  
En alternance : Mme Catherine Zurcher et  
Mme Florence Ammann

### 4/ Tartes salées et sucrées

Descriptif :

Ce cours propose de découvrir toutes sortes de recettes de tartes salées ou sucrées, classiques ou originales : des plats faciles à réaliser, sympathiques à déguster en groupe.

Remarque :

Ce cours s'adresse à toutes les personnes intéressées par la cuisine.



Jour et horaire : mercredi de 18h. à 21h.  
Lieu : **Morges**  
Début du cours : novembre 2015  
Nb. de séances : 10  
Prix du cours : 130 fr.  
Nb. de participants : 9  
Cuisinière formatrice : Mme Claudine Amaron

## 5/ Cuisine des cantons suisses

### Descriptif :

Un émincé de veau à la zurichoise, un risotto tessinois, l'assiette bernoise, la tarte à l'oignon bâloise : des recettes typique de différents cantons suisses à votre portée.

### Remarque :

Ce cours s'adresse à toutes les personnes intéressées par la cuisine.



Jour et horaire : mardi de 18h. à 21h.  
 Début du cours : mars **2016**  
 Lieu : Lausanne  
 Nb. de séances : 10  
 Prix du cours : 130 fr.  
 Nb. de participants : 9  
 Cuisinière formatrice : Mme Claudine Amaron

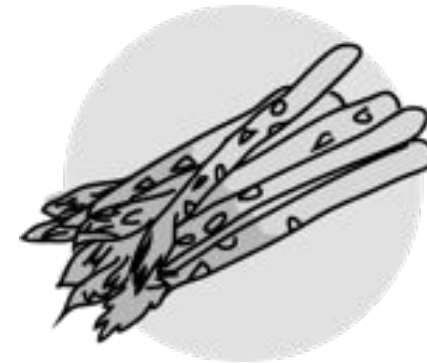
## 6/ Ma cuisine de saison

### Descriptif :

Découvrir les produits de saison de notre région, les cuisiner de manière simple, avec quelques astuces ou originalités : tarte aux asperges, sorbet au melon, crème vanille à la rhubarbe, pesto à l'ail des ours. Menu que nous dégusterons ensemble en fin de cours.

### Remarque :

**Ce cours s'adresse aux personnes qui ont déjà une expérience en cuisine**



Jour et horaire : mercredi de 18h. à 21h.  
 Début du cours : mars **2016**  
 Lieu : Lausanne  
 Nb. de séances : 10  
 Prix du cours : 130 fr.  
 Nb. de participants : 7  
 Formatrice : Mme Anne-Marie Foare

NOUVEAU

## 7/ Cuisine de la Méditerranée

### Descriptif :

Découvrir et apprendre la cuisine du Sud : la paëlla d'Espagne, le couscous du Maroc, les feuilles de vigne farcies de Grèce, le risotto à la Milanese, et d'autres recettes qui évoquent le soleil ! Ce cours vous propose un voyage culinaire entre le Sud de l'Europe et l'Afrique du Nord.

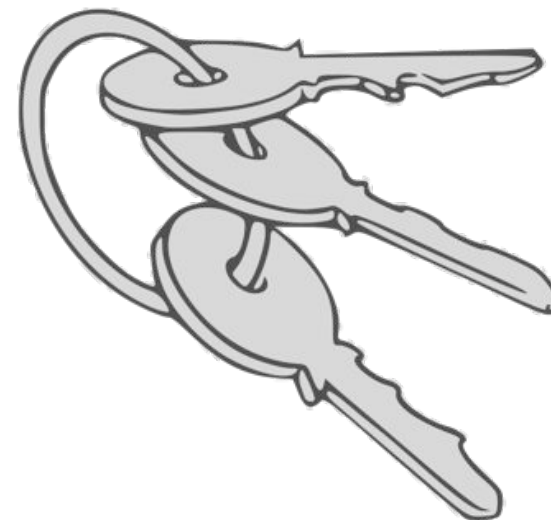
### Remarque :

Ce cours s'adresse à toutes les personnes intéressées par la cuisine.



Jour et horaire	: jeudi de 18h. à 21h.
Début du cours	: novembre <b>2015</b>
Lieu	: <b>Morges</b>
Nb. de séances	: 10
Prix du cours	: 130 fr.
Nb. de participants	: 9
Formatrice	: Mme Aline Burki

# Thématique:



# vie autonome

## 8/ Sexualité et relations



### Descriptif :

La sexualité et les relations peuvent être source d'épanouissement aux différents âges de la vie. Ce cours, sous forme d'ateliers, vous propose d'aborder l'anatomie, les relations sexuelles et amoureuses, ainsi que la contraception et la prévention des infections sexuellement transmissibles.



Jour et horaire : mardi de 18h. à 19h.30  
Début du cours : novembre 2015  
Lieu : Renens  
Nb. de séances : 9  
Prix du cours : 90 fr.  
Nb. de participants : 10  
Cours animé par la Consultation en santé sexuelle de la Fondation Profa

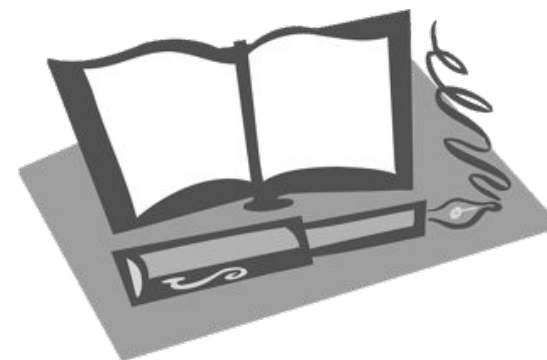
## 9/ Lire et écrire

### Descriptif :

Ce cours a pour ambition de vous faire retrouver le plaisir de lire et d'écrire, pour mieux communiquer dans la vie quotidienne. Il vise également à développer les compétences en expression orale. Chaque séance se base sur du matériel (textes, exercices) et des situations et problématiques amenées par les participant-e-s.

### Remarque :

**Ce cours s'adresse à celles et ceux qui ont déjà des notions de lecture et d'écriture, c'est-à-dire qui peuvent lire et écrire des phrases sans trop de difficultés.**



Jour et horaire : jeudi de 18h. à 19h.30  
Début des cours : novembre 2015  
Lieu : Lausanne  
Nb. de séances : 22  
Prix du cours : 150 fr.  
Nb. de participants : 5  
Formatrice : Mme Fanny Bovey



## 10/ Comprendre l'argent

### Descriptif :

- Comprendre le coût des choses et savoir lire les prix ;
- Comprendre ses revenus et sa fiche salaire ;
- Réfléchir à ses habitudes de consommation et savoir fixer des priorités ;
- Faire un budget et effectuer un paiement.

Tels sont les objectifs de ce cours.

### Remarque :

**Ce cours s'adresse aux personnes qui souhaitent être plus à l'aise dans la vie courante.** Pouvoir disposer de son budget est un plus pour suivre ce cours.



Jour et horaire : jeudi de 18h. à 19h.30  
Début du cours : novembre 2015  
Lieu : Lausanne  
Nb. de séances : 15  
Prix du cours : 90 fr.  
Nb. de participants : 8  
Formatrice : Mme Dominique Wunderle

## 11/ Utiliser son smartphone

### Descriptif :

Connaître les applications utiles à la vie de tous les jours : agenda, horaires, localisations, sms ou mailing.  
Apprendre à utiliser son smartphone pour être plus autonome au quotidien.

### Remarque :

Ce cours s'adresse aux personnes qui possèdent un smartphone ou un iPhone



Jour et horaire : lundi de 18h. à 19h.30  
Début du cours : mars **2016**  
Lieu : Lausanne  
Nb. de séances : 6  
Prix du cours : 42 fr.  
Nb. de participants : 8  
Formatrice : Mme Sophie Mattenberger

# Thématiques:

## culture générale



## § découverte

## 12/ La science à la portée de tous ou comment la maison est un laboratoire !

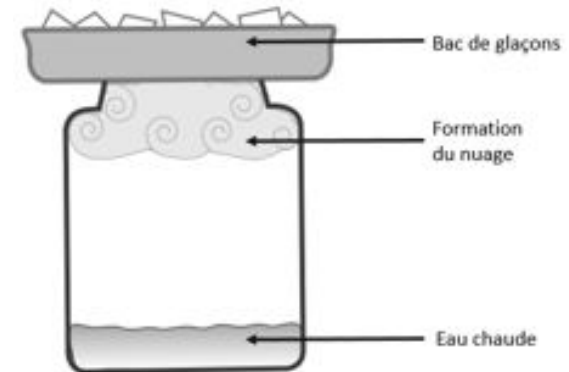
NOUVEAU

### Descriptif :

Faites de la science en vous amusant ! Ce cours vous permettra de faire des hypothèses, comprendre et expliquer un phénomène, apprendre à faire un croquis et vous découvrirez avec plaisir que vous en êtes capables !

### Remarque :

Ce cours s'adresse aux personnes curieuses de nature !



Jour et horaire	:	lundi de 18h. à 19h.30
Début des cours	:	novembre 2015
Lieu	:	Lausanne
Nb. de séances	:	10
Prix du cours	:	75 fr.
Nb. de participants	:	8
Formatrice	:	Mme Carole Maubert Stamm

## 13/ Les mammifères marins

### Descriptif :

Les mammifères marins sont des animaux qui vivent dans l'eau et comptent plus de cent espèces. Pourtant, alors que nous commençons à peine à les comprendre, ils sont menacés de disparaître de notre planète si fragile. Ce cours visera donc à acquérir des connaissances sur les dauphins et les baleines, ainsi que sur les pinnipèdes (phoques, otaries, morses). Il permettra également d'évoquer les menaces qui pèsent sur ces animaux et les moyens mis en œuvre pour les protéger.

### Remarque :

Ce cours s'adresse à toute personne s'intéressant aux animaux et à la nature.



Jour et horaire	: lundi de 18h.30 à 20h.
Début du cours	: novembre 2015
Lieu	: Lausanne
Nb. de séances	: 9
Prix du cours	: 70 fr.
Nb. de participants	: 10
Formatrice	: Mme Fanny Pardo

## 14/ Cinq sorties au cinéma

### Descriptif :

Nous vous proposons cinq soirées de cinéma et de discussions. Pour chaque soirée, nous irons voir un film dans un cinéma de Lausanne. A l'issue de la projection, nous discuterons de ce film autour d'un verre. Le but de ce cours est de découvrir les différents genres cinématographiques et d'exercer son regard critique en partageant son point de vue avec les autres.

### Remarque :

**Pour ce cours, il n'y a pas de service de transport !**

**Ce cours s'adresse à des personnes qui s'intéressent au cinéma et qui ont une certaine autonomie.**



Jour et horaire	: lundi pour la séance de 18h.env.
Début des cours	: mars <b>2016</b>
Lieu	: différents cinémas lausannois
Nb. de séances	: 5
Prix du cours	: Prix du billet (15 fr.) + boisson
Nb. de participants	: 6
Formatrice	: Mme Gisèle Comte

## 15/ Découverte du monde

### Descriptif :

Chaque jeudi, un invité viendra vous présenter son pays et sa culture d'origine : quelles sont les fêtes et les musiques traditionnelles ? Quelle langue parle-t-on ? Quelle monnaie utilise-t-on ? Quelles sont les coutumes alimentaires ? Ce sont quelques unes des questions que les invités aborderont, pour un tour du monde interactif et vivant.

### Remarque :

Ce cours s'adresse aux personnes ouvertes à d'autres cultures, prêtes à écouter un invité et à dialoguer avec lui.



Jour et horaire : jeudi de 18h. à 19h.30  
Début du cours : mars **2016**  
Lieu : Lausanne  
Nb. de séances : 10  
Prix du cours : 75 fr.  
Nb. de participants : 10  
Formatrice : Mme Jessica Giulio  
+ un invité qui présente son pays et sa culture d'origine

## 16/ A la rencontre des métiers traditionnels

### Descriptif :

Ce cours vous propose de partir à la rencontre de ces métiers traditionnels et de visiter différents artisans qui auront le plaisir de partager avec vous leur savoir-faire.

### Remarque :

**Certaines visites peuvent ne pas être accessibles aux participants se déplaçant en fauteuil roulant.**

Le transport est organisé par le Centre FCPA jusqu'aux lieux des visites.



Jour et horaire : samedi de 14h. à 17h.  
Début du cours : mars **2016**  
Lieu : chez les différents artisans  
Nb. de séances : 5 (1 x par mois environ)  
Prix du cours : 100 fr. (visite et transport compris)  
Nb. de participants : 7  
Responsable : Mme Nathalie Haussener

# Thématique: mouvement



# théâtre

## 17/ Expression théâtrale

NOUVEAU

### Descriptif :

Basé sur des exercices et improvisations, ce cours propose de découvrir le monde du théâtre, comme acteur et spectateur, en développant une connaissance de soi, du langage de son corps dans l'espace, seul et en relation avec les autres.

Faire du théâtre permet de reconnaître et de développer son potentiel d'expression scénique, mais aussi d'acquérir une meilleure expression et écoute aux autres ainsi que d'entraîner sa mémoire.



Jour et horaire	: lundi de 18h. à 19h.30
Début du cours	: novembre 2015
Lieu	: Lausanne
Nb. de séances	: 22
Prix du cours	: 150 fr.
Nb. de participants	: 7
Formatrice	: Mme Gaëlle Christinat Djalo

NOUVEAU

## 18/ Hip-hop

### Descriptif :

Ce cours s'adresse à des personnes qui aiment bouger sur une musique dynamique ! Découvrez plusieurs facettes de la danse hip-hop, les danses au sol et les danses debout. Vous apprendrez à improviser à partir des mouvements de base, et travaillerez la coordination et le sens du rythme.

### Remarque :

Pour suivre ce cours, il est nécessaire de porter une tenue adaptée au mouvement.



Jour et horaire : mardi de 18h. à 19h.30  
Début du cours : mars **2016**  
Lieu : Lausanne  
Nb. de séances : 12  
Prix du cours : 85 fr.  
Nb. de participants : 8  
Formateur : A définir

## 19/ Danse

### Descriptif :

Ce cours s'adresse à celles et ceux qui souhaitent s'exprimer et trouver leur plaisir dans des mouvements et des enchaînements plus élaborés. La leçon commence par un échauffement suivi d'exercices techniques comprenant des éléments de danse classique, Jazz Dance et Modern Dance. La leçon se poursuit par diverses combinaisons de pas, des déplacements et une chorégraphie créée par étape.

### Remarque :

Pour suivre ce cours, il est nécessaire de porter une tenue adaptée.



Jour et horaire : mercredi de 18h. à 19h.30  
Début du cours : novembre 2015  
Lieu : Lausanne  
Nb. de séances : 22  
Prix du cours : 150 fr.  
Nb. de participants : 10  
Ecole de danse : Let's Move Danse et gymnastique  
Louissette Freymond et Christian Kuhl

## 20/ Nordic Walking ou marche nordique

### Descriptif :

Le Nordic Walking est une technique de marche se pratiquant avec des bâtons. Cette technique est relativement facile à acquérir, même pour des personnes non sportives. Cette activité favorise l'endurance, la mobilité, la coordination.

### Remarque :

Ce cours s'adresse aux personnes qui peuvent utiliser des bâtons et marcher d'un bon pas durant une heure. Les bâtons sont fournis par l'association.



Jour et horaire	: mercredi de 18h. à 19h.30
Début du cours	: mars <b>2016</b>
Lieu	: Lausanne
Nb. de séances	: 12
Prix du cours	: 70 fr.
Nb. de participants	: 10
Formatrices	: Mme Christine Matthey Mme Heidi Maeder

## 21/ Balades « bien être »

### Descriptif :

Ce cours s'adresse aux personnes qui aiment se promener dans la nature, à leur rythme. Ces balades, moins exigeantes que le « Nordic walking », seront suivies par un moment convivial autour d'un verre dans un café.

### Remarque :

Ce cours s'adresse à toutes les personnes qui ont envie d'une activité physique adaptée.



Jours et horaire	: lundi de 18h. à 19h.30 mercredi de 18h. à 19h.30 jeudi de 18h. à 19h.30
Début du cours	: mars <b>2016</b>
Lieux	: <b>Morges (lundi-mercredi)</b> <b>Lausanne (jeudi)</b>
Nb. de séances	: 12
Prix du cours	: 50 fr. + le prix d'une boisson
Nb. de participants	: 10

## 22/ Yoga

### Descriptif :

Le Hatha Yoga est un moyen pour mieux connaître son corps et développer ses capacités tant physiques que mentales.

Au travers d'exercices corporels, ce cours a pour objectif de : renforcer et assouplir son corps ; développer ses capacités de mouvement, sa coordination et sa concentration ; travailler sa respiration ; apprendre à se relaxer et améliorer son bien-être.

### Remarque :

**Deux sessions de cours auront lieu, il est possible de s'inscrire à une seule ou aux deux.**



Jour et horaire	:	mardi de 18h. à 19h.15
Début des cours	:	session n°1 : novembre 2015 session n°2 : mars <b>2016</b>
Lieu	:	Lausanne
Nb. de séances	:	12
Prix du cours	:	85 fr.
Nb. de participants	:	8
Formatrice	:	Mme Laure Revertera

## Thématiques:



arts visuels &  
arts créatifs



NOUVEAU

## 23/ Découverte de la bande dessinée

### Descriptif :

Dans ce cours, nous allons découvrir différents styles de bandes dessinées (avec ou sans texte, réaliste ou fantastique), différents types de personnages (humains, animaux...) Nous regarderons comment sont dessinées les expressions de ces personnages, comment ils sont placés dans un décor, comment une image ou une suite d'images permet de raconter une histoire ou d'illustrer un thème, un slogan. Des exercices utilisant le dessin et/ou le découpage, le collage, le coloriage, vous permettront de créer vos propres images de bande dessinée.



Jours	: lundi
Horaire	: de 18h. à 19h.30
Lieu	: Lausanne
Début du cours	: novembre 2015
Nb. de séances	: 12
Prix du cours	: 120 fr.
Nb. de participants	: 6
Formatrice	: Mme Céline Perrin

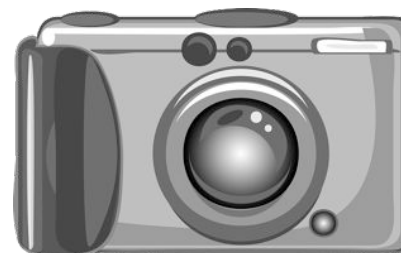
## 24/ Photo numérique

### Descriptif :

Ce cours s'adresse à toutes celles et ceux qui possèdent un appareil de photo numérique et qui souhaitent apprendre à mieux l'utiliser. Après avoir exploré les différentes fonctions de votre appareil, vous pourrez vous familiariser avec les outils informatiques permettant le visionnement, l'impression et la conservation de vos photos.

### Remarque :

Ce cours s'adresse uniquement aux participants possédant leur propre appareil photo numérique. Il est nécessaire d'avoir quelques connaissances de base en informatique.



Jour et horaire	: jeudi de 18h. à 19h.30
Début du cours	: novembre 2015
Lieu	: Lausanne
Nb. de séances	: 6
Prix du cours	: 60 fr.
Nb. de participants	: 6
Formatrice	: Mme Alice Othenin-Girard

## 25/ Peindre la forêt

### Descriptif :

Cette année, nous aborderons le thème de la forêt pour aborder en peintures :

- les arbres : le hêtre, le chêne et la famille des sapins
- les paysages forestiers en fonction des changements colorés que nous proposent l'automne, l'hiver, le printemps et l'été.

Nous utiliserons l'exemple d'œuvres d'artistes tels que les peintures d'arbres de Gustav Klimt et de Ferdinand Hodler et les paysages enneigés de David Milne.



Jour et horaire : mardi de 18h. à 19h.30  
Début du cours : novembre 2015  
Lieu : Lausanne  
Nb. de séances : 12  
Prix du cours : 120 fr.  
Nb. de participants : 6  
Formatrice : Mme Danièle Lorétan

## 26/ Peindre les animaux de la forêt

### Descriptif :

Avec l'œuvre de Robert Hainard, nous suivrons la trace des animaux de la forêt ! Sanglier, renard, écureuil et quelques autres spécimens...

Les techniques seront les suivantes : dessiner avec le pinceau, peindre par couches, utiliser l'éponge afin d'approcher au mieux la délicatesse des estampes de l'artiste.



Jour et horaire : mardi de 18h. à 19h.30  
Début du cours : mars **2016**  
Lieu : Lausanne  
Nb. de séances : 12  
Prix du cours : 120 fr.  
Nb. de participants : 6  
Formatrice : Mme Danièle Lorétan

## 27/ Brico-déco-création

### Descriptif :

Si vous aimez créer des objets, peindre, découvrir des nouvelles techniques, ce cours est pour vous. Nous créerons des objets utiles ou décoratifs, tels que boîtes décorées, guirlandes lumineuses, cadres, cartes de vœux. Vous travaillerez du papier, de la peinture, des matériaux naturels. Vous aurez le plaisir de garder ces objets pour vous ou de les offrir.

### Remarque :

Au vu du grand nombre d'inscriptions que nous recevons chaque année, la priorité sera donnée aux nouveaux inscrits.



Jour et horaire	:	mardi de 17h.45 à 19h.45
Début du cours	:	novembre 2015
Lieu	:	Lausanne
Nb. de séances	:	10
Prix du cours	:	120 fr.
Nb. de participants	:	8
Formatrices	:	Mme Nathalie Haussener Mme Christine Jaquier

## 28/ Atelier découverte (anciennement « atelier créatif »)

### Descriptif :

Ce cours est articulé autour de deux thèmes : activités culinaires (fabrication de plats simples) et créatives (confection d'objets décoratifs). Il est adapté aux potentiels des participants.

### Remarque :

Ce cours s'adresse à des personnes polyhandicapées ou ayant de grandes difficultés.



Jour et horaire	:	mardi de 17h.45 à 19h.45
Début du cours	:	mars <b>2016</b>
Lieu	:	Lausanne
Nb. de séances	:	10
Prix du cours	:	80 fr.
Nb. de participants	:	6
Formatrices	:	Mme Nathalie Haussener Mme Christine Jaquier

NOUVEAU

## 29/ Céramique

### Descriptif :

Apprentissage de différentes techniques de modelage de la terre. Des thèmes vous seront proposés (objets du quotidien, pièces artistiques...) que vous pourrez réaliser à votre façon et les décorer ensuite en les peignant. Le cours est axé sur un développement de la créativité avant tout.

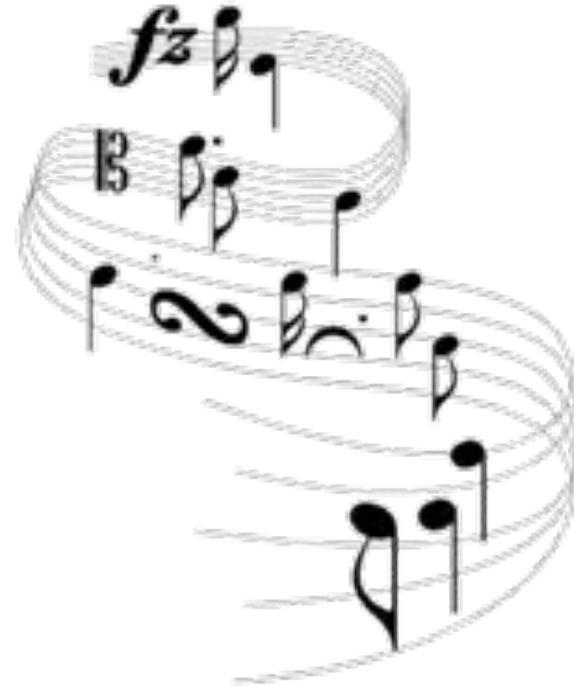
### Remarque :

**La salle n'a pas d'accès pour les personnes ayant un problème de mobilité et ce cours n'est pas indiqué pour personnes ayant un handicap visuel.** Il est nécessaire d'être capable de travailler avec ses mains (activité manuelle).



Jour et horaire	:	lundi de 18h. à 20h.
Début du cours	:	novembre 2015
Lieu	:	Lausanne
Nb. de séances	:	10
Prix du cours	:	100 fr.
Nb. de participants	:	5
Céramiste	:	Mme Geneviève Schneeberger

## Thématique:



musique

## 30/ Atelier de chant

### Descriptif :

Dans cet atelier, vous pourrez :

- chanter ensemble des chansons déjà connues ;
- en découvrir de nouvelles ;
- travailler votre voix par diverses activités et jeux, et surtout, vous faire plaisir en faisant de la musique ensemble.



Jour et horaire	: mardi de 18h.30 à 20h.
Début du cours	: novembre 2015
Lieu	: Lausanne
Nb. de séances	: 22
Prix du cours	: 150 fr.
Directrice	: Mme Evelyne Balmat

## 31/ Atelier percussions

### Descriptif :

Un cours pour vous permettre :

- de mieux connaître différents instruments de percussion ;
- de travailler le tempo et le rythme ;
- de reconnaître différents styles de musique (salsa, samba, fanfare, etc.) ;
- d'apprendre à écouter les autres dans le but de trouver l'harmonie en faisant de la musique !

### Remarque :

Ces cours s'adressent à toute personne aimant faire de la musique.



Jours et horaires	: <b>lundi</b> de 18h. à 19h.30 <b>ou</b> <b>mercredi</b> de 18h. à 19h.30
Nb. de séances	: 12
Lieu	: Lausanne
Début des cours	: novembre 2015 ou mars <b>2016</b>
Prix du cours	: 85 fr.
Nb. de participants	: 8
Formateurs	: M. Carlos Zeballos M. Angel Viera

## L'Espace libre

Cours loisirs pour personnes sévèrement handicapées

L'Espace libre s'adresse tout particulièrement aux personnes polyhandicapées, aux personnes atteintes d'autisme ou ayant des troubles du comportement, ou encore aux personnes âgées.

### Espace libre – Bains thermaux :

4 samedi aux bains thermaux d'Yverdon - de novembre 2015 à février 2016.

**Prix : 140 fr.**

### Espace libre – Découverte:

4 samedi d'activités, proposées en fonction des centres d'intérêt des participants - de mars 2016 à juin 2016

**Prix : 100 fr.**

### Jour et heures :

Un samedi après-midi par mois de 13h.30 à 17h.30 env.

### Lieu :

Dans la mesure du possible, les participants sont recherchés directement là où ils habitent.

### Nombre de participants :

5 ou 6 participants accompagnés de 5 animateurs.

### Dates et renseignements pratiques :

Ils sont communiqués aux participants deux semaines avant le début des Espaces libres.

### Conditions de participation :

L'entourage des participants s'engage à remplir lors de chaque inscription un petit questionnaire sur les participants.

Pour s'inscrire : utilisez le coupon orange !

## Service de transports

Pour les étudiants de la région morgienne, un service de transports est organisé en collaboration avec les institutions de **Lavigny**, de **l'Espérance**, de **Perceval** et de la **Cité Radieuse**. Ce service est géré par le Centre FCPA, mais financé par les quatre institutions partenaires.

- Les étudiants de la région morgienne reçoivent un horaire et une facture suite à la confirmation de leur inscription.
- La contribution financière des participants est fixée à :
  - **7 fr.** par séance et par personne, pour les cours se déroulant à Lausanne.
  - **3.50 fr.** par séance et par personne pour les cours se déroulant à Morges.

Pour les inscriptions à l'Espace libre, priorité est donnée aux institutions qui peuvent nous prêter leurs véhicules.

