

Descriptif des activités des JSC 2020

Camps de 3 jours ou plus

Numéro	Nom de l'activité	Descriptif	Prix de l'activité
1	Voyage des Latinistes	Visite de Pompéi et des sites environnants	activité ayant sa propre organisation
2	La Tour-sur-Mer	Camp de voile	activité ayant sa propre organisation
3			

Activités de 3 jours (avec même groupe)

Numéro	Nom de l'activité	Descriptif	Prix de l'activité
4	Chocolat / musée Gruérien	ateliers chocolats et visite / rallye du Musée Gruérien	36.-
5	Scrapbooking	Confection d'un album photo	30.-
6	A la romaine !	Voyager dans l'univers des goûts et arômes de la cuisine romaine ? Jouer comme les Romains ? ou encore découvrir les secrets d'Aventicum, capitale de l'Helvétie romaine ? Tout ceci est possible lors de ces trois journées consacrées à l'Antiquité ! Curieux ou passionné ? Inscris-toi vite !	54.-
7	Dans la peau des experts	La série des experts t'intéresse ? Tu rêves de te mettre dans la peau d'Abby et ou d'Horatio ? Nous t'offrons la possibilité de découvrir le monde de la criminologie. (travailler sur une scène de crime, découvrir des outils)	30.-
8	Autour de la balle 1 (ping-pong - pétanque - cirque)	Viens découvrir le monde magique du cirque. En compagnie d'un artiste professionnel, tu pourras entraîner tes talents d'acrobate, de jongleur ou d'équilibriste. Que tu sois débutant(e) ou avancé(e), tu es le (la) bienvenu(e). Découverte de la pétanque et du tennis de table: technique, tactique règles de jeu et tournoi.	15.-

9	Autour de la balle 2 (cirque - ping-pong - pétanque)	Viens découvrir le monde magique du cirque. En compagnie d'un artiste professionnel, tu pourras entraîner tes talents d'acrobate, de jongleur ou d'équilibriste. Que tu sois débutant(e) ou avancé(e), tu es le (la) bienvenu(e). Découverte de la pétanque et du tennis de table: technique, tactique règles de jeu et tournoi.	15.-
10	Autour de la balle 3 (pétanque - cirque - ping-pong)	Viens découvrir le monde magique du cirque. En compagnie d'un artiste professionnel, tu pourras entraîner tes talents d'acrobate, de jongleur ou d'équilibriste. Que tu sois débutant(e) ou avancé(e), tu es le (la) bienvenu(e). Découverte de la pétanque et du tennis de table: technique, tactique règles de jeu et tournoi.	15.-
11	BD	Apprendre le dessin, la BD en s'amusant. De la création de son personnage à la création de sa planche de BD.	27.-
12	Improvisation théâtrale	L'impro, c'est la magie du théâtre mêlée à la folie de l'imagination. En impro, on mime, on crée, on invente ensemble. Viens développer ta répartie et ton sens de l'imagination dans un atelier dédié au monde de la fantaisie et de l'instantané.	0.-
13			
14	Sur et autour de l'eau 1- (paddle - tour du lac-kayak)	Initiation et ballade en kayak et en paddle sur le lac de Gruyère (obligation de savoir nager) - randonnée pédestre autour du lac de Gruyère	80.-
15	Sur et autour de l'eau 2 (tour du lac - kayak - paddle)	Initiation et ballade en kayak et en paddle sur le lac de Gruyère (obligation de savoir nager) - randonnée pédestre autour du lac de Gruyère	80.-
16	Sur et autour de l'eau 3 (kayak - paddle - tour du lac)	Initiation et ballade en kayak et en paddle sur le lac de Gruyère (obligation de savoir nager) - randonnée pédestre autour du lac de Gruyère	80.-
17	Radiobox: créer une émission de radio autour des JSC (diffusée sur radiobus.fm)	Découverte du monde de la radio; (Production de contenus; Diffusion en direct; Création de jingles, Réalisation d'interviews; Animation)	0.-
18	Fitness-Nordic-walking	Fitness :Entraînement sur les machines-cardio // Nordic: marche avec utilisation correcte des bâtons -cardio	25.-
19	Self-défense	Viens te dépenser en pratiquant le self-défense	27.-

20	Photographie créative	Atelier photo comprenant une brève partie théorique abordant les notions techniques basiques de prise de vue, puis des activités mettant en pratique ces notions. Nous pratiquerons également la photo de studio avec éclairages artificiels. Les élèves intéressés à y participer doivent être en possession d'un appareil photo de type réflex ou hybride mais ayant obligatoirement la possibilité d'effectuer des réglages manuels .	80.-
21	Atelier video-fiction	Réalise un court-métrage de fiction en passant par toutes les étapes du cinéma: scénario, dialogues, repérages, décors, costumes, tournage et jeu d'acteur.	105.-
22	Maquillage - effets spéciaux	Viens découvrir les coulisses du tournage en apprenant les trucs et astuces des effets spéciaux dans le cinéma	80.-
23	atelier pâtisseries	préparation de diverses pâtisseries à emporter (paris-brest-tresse-macarons...)	20.-
24	Bien-être (aromathérapie, pilates, yoga...)	Viens prendre soin de toi et trouver ton équilibre à travers le sport (yoga, pilate), l'aromathérapie (huiles essentielles) et le brain gym.En aromathérapie, tu pourras fabriquer et rapporter chez toi quelques produits personnels (beaume, stick, roll-on, spray, etc) à base d'Huiles Essentielles et qui répondent à tes besoins du moment (physiques ou émotionnels). Tu recevras également des dossiers récapitulatifs et explicatifs afin de conserver une trace de l'atelier et poursuivre ta découverte des HE.En Brain Gym, tu découvriras des méthodes et des exercices ludiques pour te donner de l'énergie et te permettre d'améliorer et renforcer ta concentration, ton attention, ton équilibre, ta mémoire, ton organisation et ta communication...En yoga / pilate, tu découvriras des exercices visant le renforcement des muscles de la ceinture abdominale et le bon équilibre du corps et donc de l'esprit.	30.-
25	Cours Croix-Rouge de babysitting et danse	Dans le cadre du cours de babysitting CRS, les jeunes de 13 ans et plus apprennent les bases indispensables pour s'occuper d'un enfant et se sentir à la hauteur de leur mission. Les futurs babysitters reçoivent en outre un manuel contenant des informations importantes et des conseils, auxquels ils peuvent se référer en tout temps. Atelier danse: apprendre différents styles de hip hop et découvrir d'autres types de danse.	155.-
26	Charmey Aventures - jeux de renvoi - randonnée	Parcours accrobranche à Charmey Aventures Découverte de différents jeux de renvoi (badminton, mini tennis, goba, etc.). Randonnée dans les Préalpes	10.-
27	Jeux de renvoi - randonnée - Charmey Aventures -	Découverte de différents jeux de renvoi (badminton, mini tennis, goba, etc.). Randonnée dans les Préalpes. Parcours accrobranche à Charmey Aventures.	10.-
28	Randonnée - Charmey Aventure s- jeux de renvoi	Randonnée dans les Préalpes. Parcours accrobranche à Charmey Aventures. Découverte de différents jeux de renvoi (badminton, mini tennis, goba, etc.).	10.-
29	Creation de "décor photo maton"	Réalisation (conception et fabrication) d'une cabine photo autour du thème du surf. Les élèves de l'école pourront s'y faire photographier par les élèves qui ont conçu le projet.	0.-

30	Créations florales, Lettering et window graf	La décoration t'intéresse et tu aimes inventer de nouvelles choses. Alors cette activité est faite pour toi. Tu vas y découvrir la réalisation d'arrangements floraux, le window graf (dessiner sur les vitres avec une méthode trop sympa) et le lettering (l'art de dessiner des lettres et d'embellir l'écriture).	40.-
31	Estime de soi	L'estime de soi, c'est se dire qu'on a de la valeur, qu'on est unique et important. C'est s'apprécier et s'accepter comme on est, pour être mieux avec soi-même et les autres. La moitié du temps se déroulera à l'école où tu découvriras plein de choses sur toi et l'autre moitié, une maquilleuse professionnelle te guidera dans l'art de se mettre en valeur par le maquillage.	30.-
32	Lettering et bullet journal le matin et marche dans la nature l'après-midi	Viens découvrir le lettering et apprendre des techniques pour enjoliver ton écriture. Tu pourras utiliser ces techniques dans la création d'un "Bullet Journal", petit cahier alliant calendrier, recueil de projets et journal privé. Et les après-midis, profite de marcher dans la nature, au grand air !	0.-
33	Equitation	Trois journées entières dédiées au monde du cheval et à l'apprentissage de l'équitation. Durant ces trois jours, divers ateliers te sont proposés, à savoir : cours d'équitation (2x 40 minutes), pansage, cours d'éthologie, longe d'un cheval, gymkhana, balade (selon niveau), etc. Le choix des ateliers est attribué par les professeurs d'équitation selon tes capacités équestres. Ouvert aux cavaliers débutants comme aux cavaliers moyens.	130.-
34	Ferme pour toutes	Viens profiter du grand air et de l'ambiance de la ferme durant 3 jours et 2 nuits, découvrir l'équitation, l'attelage, et faire une randonnée à pied et à cheval sur 2 jours avec nuit dans un chalet d'alpage.	130.-
35	Camp itinérant Vert-Toit	Viens vivre une expérience inédite dans la forêt en te reconnectant à l'essentiel: faire un feu, cuisiner au feu de bois, monter un bivouac, dormir dehors, marcher ensemble ... Partager tes émotions, sortir de ta zone de confort, réveiller tes ressources intérieures, apprivoiser le calme et le silence de la nature en méditant, respirant ...	100.-
36	Chasse au trésor	Lance-toi dans une course contre la montre à la recherche d'un trésor. Enfile tes souliers de marche et pars à la traque d'indices à travers l'Histoire de la Gruyère.	0.-
37	Rando-croquis et création d'un sac	Viens marcher (2 jours) à la rencontre des arbres et de la forêt. Tu pourras découvrir ce monde végétal par le dessin et l'aquarelle. Tu apprendras aussi quelques techniques de relaxation à faire dans la nature. Le troisième jour sera consacré à la confection d'un sac ou d'un porte-monnaie.	48.-
38	Charlot dans tous ses états	Durant trois jours, découvre l'univers de Chaplin à travers différentes activités artistiques. On visitera aussi le Musée Chaplin à Vevey.	30.-
39	nature aventure	Pister et reconnaître des traces d'animaux. Au temps des chasseurs-cueilleurs. Peintures naturelles et Land'Art	48.-
40	Stages	Trouve une place de stage et profite de la semaine des JSC pour découvrir peut-être ton futur métier !	0.-