

Année 2022-2023 – 2^e semestre

Catalogue des activités complémentaires et facultatives

Les ACF permettent à l'élève de s'épanouir en élargissant son horizon culturel et artistique. Elles lui ouvrent de nouvelles perspectives en lui offrant la possibilité de s'exprimer et de se découvrir des talents dans des domaines hors programme scolaire. La plupart des activités aboutissent à une production, une exposition, l'édition d'un recueil, un concert ou autre spectacle.

Inscription via l'accès Pronote de l'élève jusqu'au mardi 25 janvier au plus tard.



1. Graffitis

Une animation vivante et colorée permettra aux participants de découvrir le graffiti comme un art et une forme d'expression. Les participants se familiariseront avec son histoire et parcourront les courants par lesquels il a évolué. Ils découvriront aussi les techniques de base du dessin, de la peinture et de la peinture au spray qui les amèneront à la réalisation d'un projet grand format.

Animateur : Wilo
Durée : 1 semestre
Lieu : 041
Jour : jeudi
Heures : 15h40-17h10
Public : tous
Premier cours : jeudi 9 février 2023

2. Cuisine et chocolat

Vous aimez cuisiner? Alors, venez apprendre différentes recettes et techniques culinaires. Nous fabriquerons des mignardises ainsi que de délicieuses recettes à base de chocolat, comme des truffes, des sablés ou des pralinés. Peut-être même de la pâte à tartiner.

Animateur : A. Girard
Durée : 1 semestre
Lieu : 102
Jour : lundi
Heures : 15h40 – 18h00
Public : tous
Premier cours : lundi 6 février 2023
Participation des parents : CHF 22. —

3. Journal de Cescole - Longueville

Curieux, tu brûles d'envie d'écrire, de communiquer et de transmettre toutes les actualités qui font battre le pouls de ton école? Créatif, tu souhaites apporter ta « touche personnelle » en dessinant, bricolant ou peignant pour illustrer nos pages? Te voilà au cœur du journal de l'école! En tant que contributeur et chroniqueur viens t'initier aux étapes de la création d'un journal et écrire à propos de ce qui t'intéresse! Nous publierons notre « Journal de Cescole » – que nous rebaptiserons – sous forme de blog et également en version « papier ».

Animateur : N. Bakan
Durée : 1 semestre
Lieu : 314/355
Jour : vendredi
Heures : 12h05-13h50
Public : tous
Premier cours : vendredi 10 février 2023

4. Yoga danse

Proportion, ligne, espace et forme. Timing, rythme, mélodie et mouvement. Le lien entre émotion, sensation et posture. La dynamique et la communication interpersonnelles. Les aspects dévotionnels, cérémoniels et méditatifs du mouvement conscient. La libération des émotions et des traumatismes retenus par le relâchement des tensions dans le corps.

Animateur : Lidia Melcón
Durée : 1 semestre
Lieu : 166 / Halle I ou II
Jour : mercredi
Heures : 13h05-13h50
Public : Tous
Premier cours : mercredi 8 février 2023

5. Education numérique

- Word : styles, tabulations, images, ...
- PowerPoint : création, animation, liens, ...
- Excel : formules, publipostage, ...
- Prévention
- Programmation : notions de base
- Ouvrir un ordinateur
- Ouvrir un smartphone

Animateurs : D. Pantillon
Evolution Notebook Microwest
Durée : 1 semestre
Lieu : 355
Jour : mercredi
Heures : 12h05-13h45
Public : 9^e à 11^e
Premier cours : mercredi 8 février 2023



6. Atelier régulation des émotions et outils bien-être

Quand le bateau tangue dans la tempête, il est parfois utile d'avoir un capitaine. Mais le capitaine, c'est toi!

Envie de mieux te connaître, d'avoir plus confiance en toi, d'apprendre à mieux gérer tes émotions, d'apprendre des petits trucs pour être le plus serein possible dans ta vie?

Nous te proposerons différents outils tels que: roue des émotions, aromathérapie, relaxation, visualisation positive, la nature, techniques de respiration, créativité... afin que ton bateau vogue le plus loin possible.

Tu peux prendre la barre tout au long de l'année pour nous rejoindre.

7. Baby-sitting

Obtention de l'attestation de la Croix-Rouge

Ce cours permet d'acquérir les compétences de base pour pouvoir s'occuper d'un bébé ou d'un enfant en bonne santé en toute sécurité. Contenu du cours :

- Les principales étapes du développement de l'enfant
- Les besoins fondamentaux de l'enfant
- L'alimentation de l'enfant
- Les jeux et activités qui conviennent aux enfants
- Les sources d'accident et la prévention des risques

La partie théorique de 12h est validée par un test à l'issue de la formation. Un stage en crèche d'au minimum 12h (dont 8h avec des bébés) doit ensuite être effectué dans les 4 mois (souplesse au niveau du délai).

8. Skateboard

Né à Venice Beach, en Californie, à la fin des années 1960, le skateboard est devenu l'un des sports les plus populaires au monde, particulièrement auprès des amateurs de sensations fortes. La pratique du skateboard ne connaît ni règles ni limites mis à part celle de s'amuser. Libre à toi de choisir comment tu veux utiliser ton skate, progresser et t'exprimer. Bien que d'apparence fun et décontractée, la pratique du skateboard demande de l'entraînement et de la persévérance. Le skateboard constitue également un entraînement sportif intéressant, notamment parce qu'il permet de renforcer la musculature, l'équilibre et la confiance en soi. Que tu veuilles devenir le prochain Nyjah Huston ou la prochaine Leticia Bufoni ou simplement apprendre à te déplacer, cet atelier est fait pour toi. L'atelier est ouvert à tous, à condition d'avoir un skateboard.

Animateurs :

Carole Brébart / Nathalie Bakan

Durée : 1 semestre

Lieu : 166

Jour : jeudi

Heures : 12h05-12h50

Public : tous

Premier cours : jeudi 9 février 2023

Animateur : Infirmière, formatrice CRS

Durée : 4 après-midis, mois de février

Lieu : Premier-Mars 2a, Neuchâtel

Jour : mercredi

Heures : 13h30 - 16h30

Public : élèves ayant 14 ans révolus

Premier cours : mercredi 1er février 2023

Disponibilité : 10 personnes

Participation des parents : CHF 50.—
(prix de base CHF 155.—)

Animateur : M. Schaer

Durée : avril-juillet

Lieu : Skatepark de Colombier

Jour : vendredi

Heures : 12h00-13h30

Public : tous

Premier cours : vendredi 24 mars 2023



9. Zumba

A travers l'univers musical très diversifié de Zumba je vais te faire parcourir plusieurs ateliers de danse ainsi que le côté éducatif du programme. Tu passeras autant du côté élève que du côté professeur sous forme de jeux de rôle. Le but étant de s'amuser en explorant les divers rythmes qui te seront proposés.

Animateur : Tim Boder

Durée : 1 semestre

Lieu : 166

Jour : mardi

Heures : 12h20-13h50

Public : tous

Premier cours : mardi 7 février 2023

