

ADRESSES

- Graap Lausanne**
Réception et direction
Lu-ve 9:00-12:00, 13:30-16:30
Rue de la Borde 25
Case postale 693
1001 Lausanne
Tél. 021 643 16 00
info@graap.ch
www.graap.ch

Graap Cybermag
Accueil, kiosque et cybercafé
Lu-ve 9:00-11:45, 12:30-17:00
Site de Cery
1008 Prilly
Tél. 021 643 16 85

Graap Nyon
Accueil, ateliers, animation
Lu-ma-je-ve 9:00-12:00, 13:30-16:30
Route de Divonne 48
1260 Nyon
Tél. 021 643 16 60

Graap Vevey
Accueil, ateliers, animation
Lu-ma-je-ve 9:00-12:00, 13:30-16:30
Quai de la Veveyse 4
1800 Vevey
Tél. 021 643 16 40

Graap Yverdon
Accueil, ateliers, animation
Lu-ma-je-ve 9:00-12:00, 13:30-16:30
Rue de la Roselière 6
1400 Yverdon-les-Bains
Tél. 021 643 16 70

Planète Bleue
Centre de vie petite enfance
Place du Tunnel 18
1018 Lausanne
Lu-ve 09:00-18:00
Tél. 021 643 16 55

RESTAURANTS - AU GRAIN DE SEL

- Lausanne**
Rue de la Borde 23
Tél. 021 643 16 50
Lundi-vendredi 8:00 - 20:00
Samedi fermé
Dimanche et jours fériés 10:00 - 16:00

Vevey
Quai de la Veveyse 4
Tél. 021 643 16 40
Lundi-vendredi 8:00 - 16:00
Samedi et dimanche: fermé

Yverdon
Rue de la Roselière 6
Tél. 021 643 16 70
Lundi-vendredi 8:00 - 16:00
Samedi et dimanche: fermé

À NE PAS MANQUER

LAUSANNE
Inscriptions obligatoires
021 643 16 18 - www.graap.ch/agenda

Musée de l'Alimentarium et repas au Graap de Vevey
Jeudi 12 février
Départ de l'animation à 10:30
Retour vers 16:30
Transport avec le bus du Graap (9 places)
Entrée au musée : 12 CHF avec carte AI
Repas à la charge du participant

Séjour d'été à Bissone
Du 5 au 10 juillet 2026
Hôtel Campione (avec piscine)
Prix du séjour : 500 CHF
Inscriptions dès le 16 février au 021 643 16 00

Les Bains de Lavey
Jeudi 19 mars
Départ de l'animation à 13:30
Retour vers 17:30
Prix : 22 CHF
Transport avec le bus du Graap (9 places)

VEVEY
Inscriptions obligatoires
021 643 16 40 - www.graap.ch/agenda

Exposition de peinture - Cassandra Jolivat
Du 6 février au 31 mars
8:00 - 16:00 Au Grain de Sel
Vernissage le vendredi 6 février
17:00 - 19:00

Repas du monde Thaïlande
Jeudi 19 février
Prix : 15 CHF (les 3 plats)
12:00 - 13:30
Délai d'inscription : Mardi 17 février

Musée HR. Giger
Jeudi 5 mars
Prix : 12.50 CHF - AI : 7.50 CHF
Départ à 13:30
Retour vers 16:30
Transport avec le bus du Graap (9 places)

YVERDON
Inscriptions obligatoires
021 643 16 70 - www.graap.ch/agenda

Bains thermaux d'Yverdon
Mardi 3 mars
13:30 - 16:30
Prix AI : 23 CHF (piscine et sauna)
Délai d'inscription : Lundi 2 mars

Karaoké
Lundi 6 février - entrée libre
14:00 - 16:00
Salle d'animation

S't Valentin au Grain de Sel
Du lundi 9 au vendredi 13 février - entrée libre
Jeu des petits mots

Bal masqué
Vendredi 13 mars - entrée libre
14:00 - 16:30
Salle d'animation
Venez déguisés ! Maquillage et confettis

NYON
Inscriptions obligatoires
021 643 16 60 - www.graap.ch/agenda

Sortie S' Cergues le temps d'un goûter
Mardi 3 février
9:00 - 12:00
Déplacement en train
Sur inscription

Bioparc Bellevue
Mardi 10 mars
11:00 - 15:00
Prix entrée : 10 CHF
Sur inscription

AGENDA

FÉVRIER - MARS 2026

20KM DE LAUSANNE - ENSEMBLE, ON BOUGE POUR LA SANTÉ MENTALE

L'animation de Lausanne propose plusieurs activités physiques accessibles à toutes et tous : piscine, danse contemporaine, badminton, patinoire...

Des moments pour bouger à son rythme, partager, et s'inscrire dans la dynamique de la participation du Graap aux 20KM de Lausanne comme action soutenue en 2026.

Programme à retrouver sur le flyer joint et sur www.graap.ch/agenda

SE FORMER POUR MIEUX COMPRENDRE, AGIR ET PARTICIPER

Le Graap propose, au premier semestre 2026, un programme de formations continues ouvertes aux personnes concernées, à leurs proches et au public externe.

Droits sociaux, citoyenneté, numérique, alimentation, intelligence artificielle: des formations concrètes, participatives et accessibles, pour renforcer ses connaissances, son autonomie et son pouvoir d'agir.

Les formations ont lieu sur différents sites du Graap.
Inscriptions et renseignements :
+41 21 643 16 00
info@graap.ch

AGENDA DU GRAAP-FONDATION - FÉVRIER / MARS 2026

Graap LAUSANNE

Groupe d'entraide
Les 2^e et 4^e lundis du mois
17:00 - 18:30

Réseau d'Accompagnement
Sur demande
Renseignements au 021 643 16 00

Espace Contact
Mardi 13:30 - 16:30
Jeudi 9:00 - 12:00 et 13:30 - 16:30
Rencontres et créativité

Animation
Accueil - activités libres
Lundi, mardi, jeudi, vendredi
9:00 - 12:00 et 13:30 - 16:30
Mandalas, dessins, jeux, lecture, etc.

Activité Fil
Tricot, crochet, bijoux, etc.
Lundi 10:00 - 12:00

Activité Conversation en anglais
Lundi 11:00 - 11:45

Activité Marche
Lundi 13:30 - 16:00

Activité Peinture sur bois et pyrogravure
Lundi 13:30 - 16:00

Activité Mosaïque
Mardi 13:30 - 16:30

Activité Groupe écriture
Mardi 14:00 - 16:00

Activité Confection de bougies
Ne jeter pas vos restes de bougies, nous les récupérons
Jeudi 9:30 - 12:00

Activité Relaxation et Yoga
Jeudi 10:30 - 11:30

Activité Course entraînement
Jeudi 13:30 - 16:00

Activité Babyfoot et ping-pong
Jeudi 13:30 - 16:30

Activité Pyrogravure
Vendredi 9:00 - 12:00

Activité Shiatsu
Vendredi 11:00 - 12:00
Espace Contact; rue de la Borde 19
Renseignement : 021 643 16 00

Activité Musique
Vendredi 12:45 - 14:00

Activité Bricolage et recyclage
Vendredi 13:30 - 16:30

Activité Pyrogravure
Vendredi 9:00 - 12:00

Activité Jeux de société
Au Grain de Sel
Vendredi 14:00 - 16:15
Formule: boisson chaude ou froide (2dl)
accompagnée d'une pièce sucrée 4 CHF

Activité Jeux théâtraux
Vendredi 15:00 - 16:30

ACTIVITES PONCTUELLES
Toutes les activités sur www.graap.ch/agenda

Musée cantonal des sciences naturelles
Mardi 3 février
Palais de Rumine, Lausanne
Départ de l'animation à 13:30
Retour vers 16:30
Activité gratuite

Brunch
Dimanche 8 février
Restaurant au Grain de Sel
11:00 - 14:00

Graap NYON

Animation
Accueil - activités libres
Jeux, dessin, peinture, mandalas, sorties...
Lundi, mardi, jeudi, vendredi
9:00 - 12:00 et 13:30 - 16:30

Activité Peinture sur soie
Lundi 9:00 - 12:00
Jeudi 9:00 - 12:00
Sur inscription

Activité Beauté en groupe
Lundi 13:30 - 16:30

Activité Mosaïque et Pyrogravure
Lundi 9:00 - 12:00

Activité Tableau collage
Mardi 9:00 - 12:00

Activité Groupe écriture
Mardi 10:00 - 11:30
Sur inscription

Activité Perles
Mardi 13:30 - 16:30

Activité Jeux de société
Jeudi 13:30 - 16:30
Sur inscription

Activité Bricolage
Vendredi 9:00 - 12:00
mobile, bois flotté

Activité peinture sur soie
Vendredi 9:30 - 12:00
(Complet)

Activité à thème
Vendredi 13:30 - 16:30
Sorties, marche, loto, peinture à numéro, mandala

ACTIVITES PONCTUELLES

Toutes les activités sur www.graap.ch/agenda

Blind test
Vendredi 20 février
13:30 - 16:30
Sur inscription

Loto
Vendredi 20 Mars
13:30 - 16:30
Sur inscription

Graap VEVÉY

Groupe d'entraide
Le 1^{er} lundi du mois
16:30 - 18:00

Réseau d'Accompagnement
Sur demande
Renseignements au 021 643 16 00

Espace Contact
Mercredi 9:00 - 12:00
Rencontres et créativité

Animation - Accueil libre
Activités à choix
Jeux, dessin, peinture, mandala, etc.
Lundi, mardi, jeudi, vendredi
9:00 - 12:00 et 13:30 - 16:30

Activité Impro théâtrale
Lundi 10:30 - 11:30

Activité Groupe écriture
Lundi 14:00 - 16:00

Activité Pétanque
Mardi 14:30 - 16:00
Avec l'EPSM La Terrasse

Activité Perles
Jeudi 13:30 - 16:00

Activité Jardinage
Vendredi 10:00 -12:00

Activité Marche
Vendredi 14:30 -16:00
Avec la Fondation de Nant

ACTIVITES PONCTUELLES

Toutes les activités sur www.graap.ch/agenda

Ski aux Pleïades
Jeudi 5 février
Départ à 10:00
Retour vers 16:00
Prix : 37 CHF (abonnement +train)
Prendre skis, chaussures, vêtements chauds
et pique-nique

Tournoi de Baby-Foot
Mardi 10 mars
13:30 - 16:00
Activité gratuite

Sortie en luge
Jeudi 26 février
10:00 - 16:00
Location bob : 10 CHF
+ prix des remontées
Délai d'inscription : 23 février
Prévoir des vêtements chauds
et un pique-nique.
Transport avec le véhicule du Graap
Places limitées, insription obligatoire

Zoo de Servion
Jeudi 26 mars
Prix : 14 CHF - AI : 12 CHF
Départ à 13:30
Retour vers 16:30
Transport ave le véhicule du Graap
Places limitées, insription obligatoire

Lavey les Bains
Jeudi 19 mars
Départ de l'animation à 13:15
Retour vers 16:30
Prix : 22 CHF
Prendre linge et maillot
Places limitées, insription obligatoire

Graap YVERDON

Réseau d'Accompagnement
Sur demande
Renseignements au 021 643 16 00

Espace Contact
Mercredi 13:30- 16:30
Rencontres et créativité

Animation
Accueil - activités libres
Jeux, mandala, dessin, musique, lecture, bricolages, etc.
Lundi, mardi, jeudi, vendredi
9:00 - 12:00 et 13:30 - 16:30

Activité Pilates et relaxation
Lundi 10:15 - 12:00

Activité Film et popcorn
Lundi 14:00 - 16:30

Activité Ecriture
Mardi 10:15 - 12:00

Activité Marche
Mardi 14:00 - 16:00

Activité Musique
Mardi 14:00 - 16:00

Activité Brico-déco
Jeudi 10:15 - 12:00

Activité Fils et pompons
Jeudi 10:15 - 12:00

Activité Jardinage
Jeudi 14:00 - 16:00

Activité Théâtre
Vendredi 10:15 - 12:00

Activité Beauté
Vendredi 14:00 - 16:00

ACTIVITÉS PONCTUELLES

Toutes les activités sur www.graap.ch/agenda

Télé-bob à Mauborget
Lundi 9 février
13:30 - 16:30
Prix : 13 CHF (remontées)
Prix : 5 CHF (location de luge)
Délai d'inscription : Vendredi 6 février

Kunstmuseum à Berne
Jeudi 26 février
10:00 - 16:30
Prix AI : 20 CHF
Prévoir de l'argent pour repas en plus
Délai d'inscription : Mardi 24 février

Cours d'auto-défense
Lundi 16 mars
14:00 - 16:00
Donné par Pierre-Andée Jaunin
En salle d'animation
Délai d'inscription : Vendredi 13 mars

Foire à Yverdon
Mardi 31 mars
14:00 - 16:30
Rendez-vous au Grain de Sel

L'ANIMATION EST FERMÉE SUR TOUS NOS SITES LE MERCREDI