



Ville de Lausanne



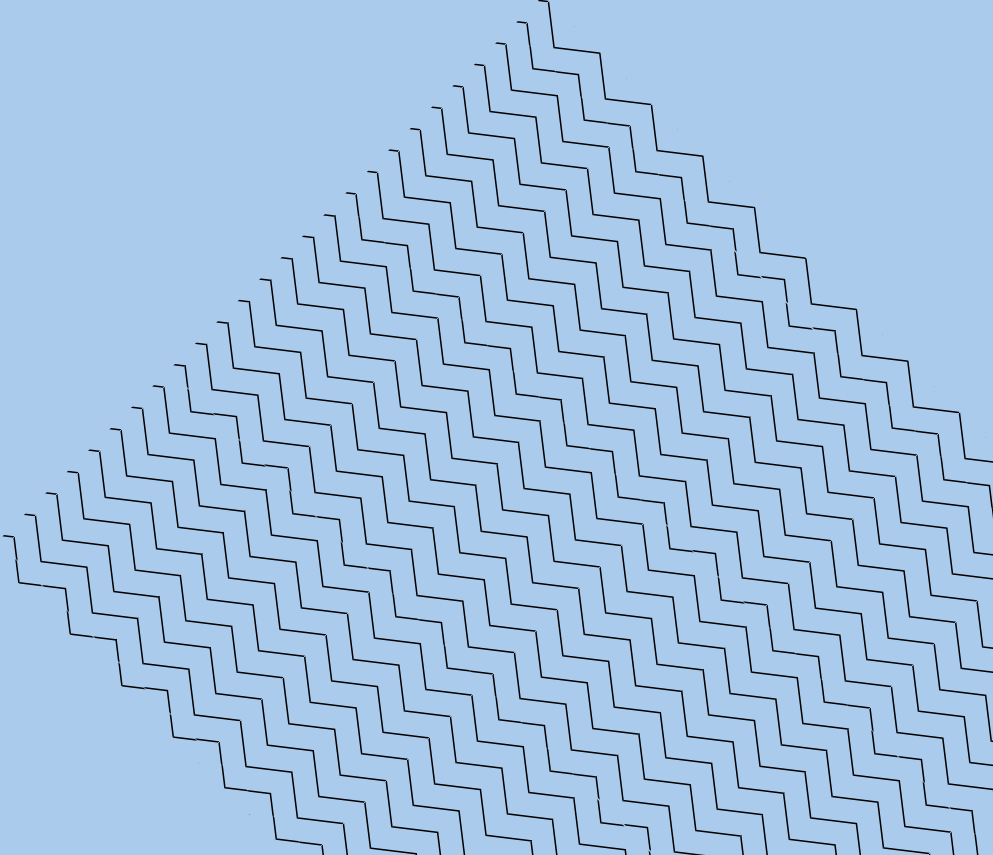
دليل للشباب والشابات في مدينة لوزان من 12 إلى 18 سنة

3، 2، 1 ترفيه!

2019 - 2018

المحتوى

4	السينما / المسرح / الموسيقى
6	المهرجانات و الاحتفالات
8	المتاحف
10	أنشطة الهواء الطلق
12	الأنشطة الرياضية
14	أنشطة أخرى



1، 2، 3 ترفيهه!... دليل بلغات متعددة

يهدف هذا الدليل إلى اطلاعكم و بشكل شامل على الأنشطة الموجهة لشباب لوزان من الشبان والفتيات والذين تتراوح أعمارهم بين 12 و18 عاماً. ستكتشفون من خلاله كافة الأنشطة الترفيهية التي تقترحها مدينة لوزان مجاناً أو بتكلفة معقولة وبما يتوافق مع جميع الأهواء أو المواسم أو المزاج اليومي كالأنشطة الرياضية والثقافية والخارجية... ويتيح دليل 1، 2، 3 ترفيهه! للشباب ولأوليائهم وكذلك المهنيين العاملين في قطاع الشباب، التعرف عن كُتب على عروض التسلية هذه. يتوفر هذا الدليل في 9 لغات: الفرنسية والألمانية والإنجليزية والعربية والدرية والإسبانية والإيطالية والبرتغالية والتغرينية.

جميع هذه النسخ اللغوية قابلة للتحميل على الموقع:

www.lausanne.ch/123loisirs

تكمّل منشورات أخرى هذا الدليل عند الاقتضاء. وهذه المنشورات المفيدة للغاية متوفرة باللغة الفرنسية.

المنشورات الأخرى التالية متوفرة مجاناً لدى مكتب معلومات المدينة info cité الكائن في
place de la Palud 2 (باللغة الفرنسية فقط):

- Allons-y!, Loisirs, culture et détente à Lausanne à bon prix
- Guide des sorties vertes à la découverte de la nature à Lausanne, édition 2018
- Catalogues Vacances pour les jeunes Lausannois de 5 à 15 ans
- À la découverte de l'animation socioculturelle lausannoise
- Mémento médiation culturelle Vaud, enfants, familles & adultes
- Lausanne musées, je vais aux musees.ch



نشاط طوال السنة



نشاط شتوي



نشاط صيفي

GRATUIT

نشاط مجاني

السينما المسرح الموسيقى

LES ATELIERS DES BOBINES DE VALENCY



فضلاً عن عروض الأفلام يوم الجمعة، تقترح عليكم Bobines de Valency أربع ورشات، بعد تسجيلكم فيها، بالتعاون مع مكتبة الشباب في مدينة لوزان. تُقدّم لكم أكلة خفيفة (عصرونية) في إطار الورشات. لأي استفسار: 079 342 62 63

معلومات عملية

المكان: Bibliothèque Jeunesse, Av. d'Echallens 2a
التاريخ/التوقيت: 2018/07/11 على الساعة 2:00 مساءً،
2018/07/18 على الساعة 3:00 مساءً، 2018/08/08 على
الساعة 3:00 مساءً، 2018/08/22 على الساعة 3:00 مساءً
السعر: مجاني
بعد التسجيل (عبر البريد الإلكتروني حسب المُدد المحددة
على الموقع www.lesbobinesdevalency.com)
المعلومات والاتصال: Bobines de Valency
.Chemin du Parc-de-Valency 19, 1004 Lausanne
www.lesbobinesdevalency.com ، 079 342 62 63
للقدوم: الخط 9، محطة / قطار LEB،
محطة Chauderon

LES BOBINES DE VALENCY



أربعة عروض أفلام في الهواء الطلق خلال فصل الصيف، تحت أشجار الزيزفون في حديقة فالونسي Parc de Valency.

معلومات عملية

المكان: ساحة حديقة فالونسي Parc de Valency
التاريخ/التوقيت: 2018/07/06 على الساعة 10:00 مساءً،
2018/07/24 على الساعة 9:30 مساءً، 2018/08/17 على
الساعة 10:00 مساءً، 2018/08/24 على الساعة 9:00 مساءً
السعر: مجاني
التسجيل غير ضروري
المعلومات والاتصال: Bobines de Valency
.Chemin du Parc-de-Valency 19, 1004 Lausanne
www.lesbobinesdevalency.com ، 079 342 62 63
للقدوم: الخط 9، محطة / قطار LEB،
محطة Montétan

GRAND V ROCK

سهرات لحفلات موسيقى الروك في مدينة لوزان في إطار لطيف وغير متكلف بغية الترويج لبعض الفرق الموسيقية العاملة في المنطقة. وهذا المهرجان هو «الأخ الأصغر» للمهرجان الأقليمي لموسيقى الروك Régional Rock.

معلومات عملية

المكان: Centre d'Animation de Grand-Vennes, chemin des Abeilles 17

التاريخ/التوقيت: خريف 2018، يتم تحديد التوقيت لاحقاً

السعر: من 5 إلى 10 فرنك سويسري

التسجيل غير ضروري

المعلومات والاتصال: contact@grandvrock.ch،

http://www.legrandv.org

للقدم: الخط 41، محطة Abeilles

LE PETIT THÉÂTRE

Le Petit Théâtre هو مسرح في مدينة لوزان مخصص للجمهور الشاب. يقدم عروضاً احترافية بشكل حصري، وهو مفتوح أمام جميع أشكال التعبير الفني.

معلومات عملية

المكان: Petit Théâtre, Place de la Cathédrale 12

التاريخ/التوقيت: من سبتمبر/أيلول إلى مايو/أيار

السعر: 15 فرنك سويسري

المعلومات والاتصال: www.lepetittheatre.ch

للقدم: مترو 2، محطة Bessières / الخط 6، محطة

Caroline / الخط 16، محطة Pierre-Viret

RÉGIONAL ROCK

GRATUIT

المهرجان الأقليمي لموسيقى الروك هو مهرجان للفرق الموسيقية الشابة المنحدرة من المنطقة في مجال موسيقى الروك. وتُعطى الأفضلية للفرق الموسيقية المؤلفة من الشباب الذين تتراوح أعمارهم بين 15 و25 سنة، من المنطقة الذين يعزفون ألحانهم الخاصة، فيتيح لهم المهرجان الفرصة لعزف موسيقاهم ضمن إطار احترافي.

معلومات عملية

المكان: Espace 44, av. des Bergières 44

التاريخ/التوقيت: 23 و24/11/2018، على الساعة 08:00 مساءً

السعر: مجاني

التسجيل غير ضروري

المعلومات والاتصال: info@regionalrock.ch،

www.regionalrock.ch

للقدم: الخطوط 2 و 21، محطة Bergières

CPO - CENTRE PLURICULTUREL ET SOCIAL D'OUCHY



المركز الاجتماعي والمتعدد الثقافات في حي أوشي (CPO) هو مكان للقراءات والعروض والورشات والتدريب. ويتوجه برنامجه في مجال الفنون الاستعراضية إلى الهواة بمختلف أعمارهم، سواء في مجال المسرح أو الرقص أو الموسيقى أو الفكاهة.

معلومات عملية

المكان: CPO - Centre Pluriculturel et social d'Ouchy, Beau-Rivage 2

التاريخ/التوقيت: على مدار السنة

السعر: عروض للكبار: من 15 إلى 30 فرنك سويسري، عروض للصغار: من 10 إلى 15 فرنك سويسري.

المعلومات والاتصال: www.cpo-ouchy.ch

للقدم: مترو 2، محطة Délices / الخط 2، محطة

Elysée / Croix-d'Ouchy، محطة 25

FESTIVAL DE LA CITÉ

GRATUIT

مهرجان يعرض مُتعددة ومتنوعة مفتوح للجميع، ويقترح برنامجاً غنياً في متناول الجميع ويتمتع بالجودة في نفس الوقت، يقام في 20 مكاناً حول كاتدرائية مدينة لوزان.

معلومات عملية

المكان: Quartier de la Cité

التاريخ/التوقيت: من 07/10 - إلى 2018/07/15

السعر: مجاني

التسجيل غير ضروري

المعلومات والاتصال: festivalcite.ch

للقدم: مترو 2، محطة Riponne-Maurice Bèjart

أو محطة Bessières / الخط 16، محطة Pont Bessières

الخطان 6 و 7، محطة Bessières

FÊTE DE LA MUSIQUE

GRATUIT

يتيح يوم الموسيقى العالمي الفرصة لحضور أكثر من 175 حفلاً موسيقياً بشكل مجاني، ويشارك فيه 2500 فنان موسيقي، على 60 منصة منتشرة في كافة أنحاء المدينة.

معلومات عملية

المكان: عدة أماكن

التاريخ/التوقيت: 2018/06/21

السعر: مجاني

التسجيل غير ضروري

المعلومات والاتصال: www.fetemusiquelausanne.ch

المهرجانات والاحتفالات

FESTIVAL DE LA CITÉ

انظر الصفحة 5

FÊTE DE LA DANSE

يُتيح لكم مهرجان الرقص، الذي يقام لبضعة أيام في مدينة لوزان وفي حوالي ثلاثين مدينة سويسرية أخرى في الربيع، اكتشاف الرقص في المسارح والمراكز الثقافية والأماكن العامة. ويمكن للمرء اختيار الذي يحب من بين العروض والأنشطة والحفلات ومراقب الأطفال المتوفرة. كما يمكنه المشاركة في أحد دروس الرقص بانواعه المختلفة، والمقدمة بالمئات للكبار أو الصغار، المبتدئين منهم أو الأكثر احترافاً.

معلومات عملية

المكان: العديد من الأماكن

التاريخ/التوقيت: في مايو/أيار

السعر: للكبار: 15 فرنك سويسري / أقل من 16 سنة: مجاني

التسجيل غير ضروري

المعلومات والاتصال: www.dastanzfest.ch/lausanne

FÊTE DE LA MUSIQUE

انظر الصفحة 5

APERTI

GRATUIT

حدث مفتوح للجميع، يسمح باكتشاف محترفات الفنانين في مدينة لوزان من خلال تنظيم أبواب مفتوحة.

معلومات عملية

المكان: العديد من الأماكن

التاريخ/التوقيت: ربيع 2019

السعر: مجاني

التسجيل غير ضروري

المعلومات والاتصال: www.aperti.ch

BDFIL

مهرجان المجلات الهزلية

هذا الموعد السنوي الاحتفالي والودّي هو فرصة للكبار والصغار لاكتشاف المجلات الهزلية والالتقاء والتبادل في هذا الإطار.

معلومات عملية

المكان: Riponne (وضواحيها)

التاريخ/التوقيت: من 09/13 إلى 2018/09/17

السعر: للكبار: 15 فرنك سويسري / من 12 إلى 18 سنة،

المتدربين والطلاب (أقل من 26 سنة)، الباحثون عن العمل،

المتقاعدون: 10 فرنك سويسري / أقل من 12 سنة (بمرافقة

شخص بالغ)، طالبو اللجوء (تصاريح N و F): مجاناً

التسجيل غير ضروري

المعلومات والاتصال: www.bdfil.ch

للقدوم: مترو 2، محطة Riponne-Maurice Bégart /

الخطان 7 و8، محطة Riponne / الخطان 1 و2 محطة

Rue Neuve

LAUSANNE À L'HEURE D'ÉTÉ



GRATUIT

عدد كبير من الأحداث الثقافية الصيفية المجانية التي تقام في لوزان. البرنامج متاح على info cité وعلى الإنترنت.
www.lausanne.ch/lausannealheuredete

معلومات عملية

المكان: العديد من الأماكن
التاريخ/التوقيت: من 06/21 إلى 2018/09/21
السعر: مجاني
التسجيل غير ضروري
المعلومات والاتصال:
www.lausanne.ch/lausannealheuredete

RÉGIONAL ROCK

انظر الصفحة 5

FÊTE DE LA NATURE

GRATUIT

تُنظَّم المئات من الأنشطة في مدينة لوزان وفي جميع أنحاء سويسرا لاكتشاف الطبيعة الجوارية برفقة مرشدين شغوفين ومتحمسين.

معلومات عملية

المكان: العديد من الأماكن
التاريخ/التوقيت: من 05/24 إلى 2019/05/26
السعر: مجاني
التسجيل ضروري / أو غير ضروري (بحسب الأنشطة)
المعلومات والاتصال: www.fetedelanature.ch

FESTIVAL DE LA TERRE

GRATUIT

مهرجان الأرض هو للإحتفاء بكوئنا، يقترح عليكم العديد من التظاهرات الاحتفالية لجميع الأعمار (حفلات موسيقية، مؤتمرات، تجهيزات فنية، ورشات، إلخ). أنشطة مجانية وفي الهواء الطلق في ساحة Esplanade de Montbenon.

معلومات عملية

المكان: Esplanade de Montbenon
Allée Ernest-Ansermet
التاريخ/التوقيت: شهر يونيو/ حزيران
السعر: من 06/14 إلى 2019/06/16
التسجيل غير ضروري
المعلومات والاتصال: www.festivaldelaterre.ch

المتاحف

دخول مجاني إلى 15 متحفاً

في السبت الأول من كل شهر



15 متحفاً مجاناً في مدينتي لوزان وبولي (Pully) في السبت الأول من كل شهر: متحف المقاطعة لعلم الآثار والتاريخ (Musée Cantonal d'Archéologie et d'Histoire)، فضاء آرلو (Espace Arlaud)، مجموعة الفن الخام (Collection de l'Art Brut)، متحف المقاطعة للفنون الجميلة (Cantonal Museum of Fine Art)، متحف الإليزيه (Musée de l'Elysée)، متحف المقاطعة للجيولوجيا (Musée Cantonal de Géologie)، المتحف التاريخي لمدينة لوزان (Musée Historique de Lausanne)، فضاء الاختراعات (Espace des Inventions)، متحف المقاطعة والحديقة النباتية (Musée et Jardin Botaniques Cantonaux)، مؤسسة كلود فردان - متحف اليد (Claude Verdan - Musée de la Main)، المتحف النقدي للمقاطعة (Musée Monétaire Cantonal)، متحف موداك للتصميم والتطبيقات الفنية المعاصرة (Mudac)، متحف مدينة بولي (Musée de Pully)، المتحف الروماني لوزان-فيدي (Musée Romain de Lausanne-Vidy)، متحف المقاطعة لعلم الحيوان (Musée Cantonal de Zoologie).

معلومات عملية

المكان: 15 متحفاً

التاريخ/التوقيت: كل أول يوم سبت من كل شهر

السعر: مجاني

التسجيل غير ضروري

المعلومات والاتصال: www.lausanne.ch/thematiques/culture/et-patrimoine/culture-a-vivre/museesentrez-c-est-gratuit.html

LA NUIT DES IMAGES

GRATUIT

تستكشف Nuit des Images التصوير الفوتوغرافي بكافة أشكاله وتقترح عليكم برنامجاً مليئاً بالعروض والمعارض والحفلات الموسيقية والأحداث المختلفة.

معلومات عملية

المكان:

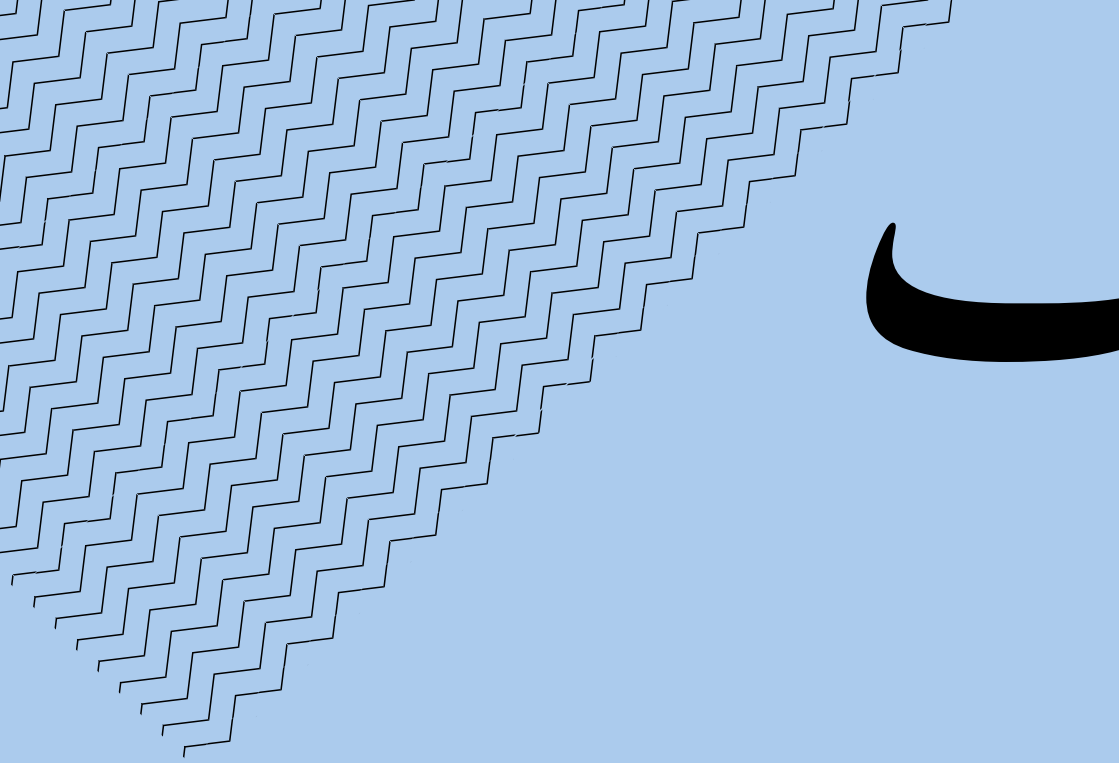
Jardins du Musée de l'Elysée, avenue de l'Elysée 18

التاريخ/التوقيت: 2018 /06/23 ويونيو/حزيران

السعر: مجاني

التسجيل غير ضروري

المعلومات والاتصال: www.nuitdesimages.org



PAKOMUZÉ

GRATUIT

خلال عطلة عيد الفصح المجيد، تقترح عليكم المتاحف في مقاطعة «فو» الفئات من الأنشطة الترفيهية المجانية أو بسعر منخفض للصغار والكبار. بعض الأنشطة تتطلب التسجيل المسبق، وللقيام بذلك يكفي الاتصال مباشرة بالمتحف المعني.

معلومات عملية

المكان: أكثر من 35 متحفاً في مقاطعة «فو»
التاريخ/التوقيت: من 04/13 إلى 2019/04/28
السعر: مجاني
بعد التسجيل في أغلب الأحيان
المعلومات والاتصال: www.lausanne.ch/pakomuze

LA NUIT DES MUSÉES

كل سنة، وفي نهاية الصيف، يجتمع 22 متحفاً من مدينتي لوزان وبولي لتقديم برنامجاً موحداً يقترحون فيه المئات من الأنشطة والأداءات والحفلات الموسيقية والزيارات الموضوعية والنشاطات الترفيهية.

معلومات عملية

المكان: 22 متحفاً من مدينتي لوزان وبولي
التاريخ/التوقيت: 2018/09/22
السعر: للكبار: 10 فرنك سويسري / أقل من 16 سنة: مجاني
التسجيل غير ضروري
المعلومات والاتصال: www.lanuitdesmusees.ch

أنشطة

الهواء الطلق

غابات مدينة لوزان



GRATUIT

بالقرب من مدينة شالي-آ-غوبي Chalet-à-Gobet، يمكن التجول في الغابة طوال السنة. يمكنكم اكتشاف ثلاثة مسارات محددة ومجموعة واسعة من مسارات المشي الأخرى. تتوفر المنشورات في حجرة تغيير الملابس الرياضية في مدينة Chalet-à-Gobet أو يمكن تحميلها على الموقع www.lausanne.ch/itineraires-joratois. ويتوفر أيضاً دليل الرحلات الخارجية في مكتب معلومات Info Cité- place de la Palud 2 أو على الموقع www.lausanne.ch/sorties-vertes.

معلومات عملية

المكان: شالي-آ-غوبي وضواحيها

التاريخ/التوقيت: دون تقييد

السعر: مجاني

التسجيل غير ضروري باستثناء الرحلات الخارجية

المعلومات والاتصال: Service des parcs et domaines,

parcs.domaines@lausanne.ch, 021 315 57 15,

[www.lausanne.ch/thematiques/nature-parcs-](http://www.lausanne.ch/thematiques/nature-parcs-et-domaines/tourisme-vert-et-loisirs/)

[et-domaines/tourisme-vert-et-loisirs/](http://www.lausanne.ch/thematiques/nature-parcs-et-domaines/tourisme-vert-et-loisirs/)

[balades-et-sentiers.html](http://www.lausanne.ch/thematiques/nature-parcs-et-domaines/tourisme-vert-et-loisirs/)

للقدوم: مترو 2، محطة (Croisettes) ثم الخطوط 45 و62

و64، محطة (Chalet-à-Gobet)

ART EN VILLE



GRATUIT

دليل Art en Ville متوفر مجاناً لدى مكتب المعلومات Info Cité وعلى الموقع www.art-en-ville.ch، وهو دعوة للتجول في الشوارع والساحات والحدائق لاكتشاف التراث الفني لمدينة لوزان. كما يتيح لكل شخص إيجاد مساره الخاص بين المنحوتات والرسومات والفسيفساء والتجهيزات الفنية المنتشرة في أحياء مدينة لوزان، و بالتالي بناء متحفه الخاص في الهواء الطلق خلال نزهة واحدة.

معلومات عملية

المكان: 5 مناطق جغرافية

(الشمال والجنوب والوسط والشرق والغرب)

التاريخ/التوقيت: دون تقييد

السعر: مجاني

التسجيل غير ضروري

المعلومات والاتصال: www.art-en-ville.ch

متطوعو الطبيعة في مدينة لوزان



تقترح مدينة لوزان وجمعياتها أنشطة في مجال الطبيعة مستعينة بذلك بعدد من المتطوعين. يمكن المشاركة بصورة منتظمة أو مؤقتة، كل حسب توفر الوقت لديه، والباب مفتوح أمام جميع سكان مدينة لوزان. ويقام حفل سنوي على شرفهم لتشكرهم..

معلومات عملية

المكان: العديد من الأماكن

التاريخ/التوقيت: حسب الاقتراحات

السعر: مجاني

بعد التسجيل

المعلومات والاتصال: مصلحة الحدائق والملكيات العقارية

Service des parcs et domaines, parcs.domaines@lausanne.ch, 021 315 57 15, www.lausanne.ch/thematiques/nature-parcs-et-domaines/tourisme-vert-et-loisirs/evenements.html

اطلعوا أيضا على صفحة الاحتفالات على الموقع

www.lausanne.ch/thematiques/nature-parcs-et-domaines/tourisme-vert-et-loisirs/evenements.html

LE TUNNEL RÊVE DE VERT



تتحول ساحة النفق (La Place du Tunnel) إلى فضاء من الاخضرار والمغامرة والألعاب والمطابخ. إنها مساحة خضراء في قلب المدينة ساحرة وممتعة للجميع.

معلومات عملية

المكان: Place du Tunnel

التاريخ/التوقيت: من 07/09 إلى 2018/08/24، من

الإثنين إلى الجمعة، من الساعة 01:00 بعد الظهر إلى الساعة 07:00 مساءً (نزهة سيران مشتركة أيام الجمعة إلى غاية الساعة 08:00 مساءً).

السعر: مجاني

التسجيل غير ضروري

المعلومات والاتصال: مؤسسة التنشيط الاجتماعي والثقافي لمدينة لوزان (FASL (Fondation pour l'Animation Socioculturelle Lausannoise، 021 626 43 70، (خلال أوقات عمل المكاتب)، www.tunnelvert.ch، (خلال الحدث)، 077 487 12 24

للقدوم: الخطوط 1 و7 و8 و16 و22 و60، محطة Tunnel

VALLÉE DE LA JEUNESSE



فضاء للترفيه داخل حديقة رائعة. يقترح عليكم وادي الشباب جملة أنشطة منها مكان للألعاب وتهيئة مرتفعات صغيرة تتيح لمحبي التزلج على اللوح أو بأحذية العجلات ممارسة رياضتهم المفضلة. دون أن ننسى فضاء الاختراعات، وهو متحف علمي تفاعلي للشباب.

معلومات عملية

المكان: Vallée de la jeunesse

التاريخ/التوقيت: دون تقييد باستثناء فضاء الاختراعات (من الأربعاء إلى السبت، من الساعة 02:00 مساءً إلى الساعة 06:00 مساءً / يوم الأحد، من الساعة 10:00 صباحاً إلى الساعة 06:00 مساءً)

السعر: مجاني باستثناء فضاء الاختراعات (للكبار: 7 فرنكا سويسري / أقل من 16 سنة: 5 فرنكا سويسري / مجاني أول يوم سبت من كل شهر)

التسجيل غير ضروري

المعلومات والاتصال: www.espace-des-inventions.ch

للقدوم: مترو 1 محطة Provence / الخط 16، محطة

Maladière / Vallée de la Jeunesse / الخطان 1 و6، محطة

الأنشطة الرياضية

المراكز الرياضية المفتوحة



تقدم مدينة لوزان العديد من الأنشطة المجانية في مراكز الرياضة في الهواء الطلق، بين حفرة التزلج في Vidy ومنحدر التزلج في Praz-Séchaud، وأرضية كرة القدم في Pierre-de-Plan، ومسارات الدرجات الجبلية VTT ومصعد التزلج في Mauverney.

معلومات عملية

المكان:

95 (Route de Cojonex), Mauverney

30 (Av. de la Sallaz), Pierre-de-Plan

9 (Av. Pierre-de-Coubertin), Vidy

التاريخ/التوقيت: دون تقييد (باستثناء مصعد التزلج)

السعر: مجاني (استثناء مصعد التزلج)

التسجيل غير ضروري

المعلومات والاتصال:

www.lausanne.ch/installations-sportives

Service des sports على الرقم 021 315 14 14

اللياقة البدنية في المدينة



سواء في الصيف أو في الشتاء، تبقى تجهيزات اللياقة البدنية في المدينة مفتوحة أمام الجميع وفي أي وقت. ويتوفر مسار (parkour park) في نزهة Jomini.

معلومات عملية

المكان:

30 (Av. de la Sallaz), Pierre-de-Plan

90 (Av. des Boveresses), Boveresses

13 (Place Chauderon), Chauderon

13 (Vallée de la Jeunesse), Malley Pagode

141 (Route de Chavannes), Bourdonnette

4 (Rue de la Borde), Pré-des-Druides

1 (Av. P-A Jomini), Promenade Jomini

التاريخ/التوقيت: دون تقييد

السعر: مجاني

التسجيل غير ضروري

المعلومات والاتصال: www.lausanne.ch/fitnessurbain

Service des sports على الرقم 021 315 14 14

Places de jeux, www.lausanne.ch/placesdejeux

021 315 57 15

LAUSANNE SUR MER



العديد من الرياضات المقترحة مجاناً، ودروس للمبتدئين في الرياضات والأنشطة المائية بثمان زهيد، وذلك في أجمل مكان مطل في مدينة لوزان

معلومات عملية

المكان: Pyramides de Vidy

التاريخ/التوقيت: من 07/07 إلى 07/22 ومن 08/15 إلى

08/26 (من الأربعاء إلى الأحد)، من الساعة 02:30 مساءً إلى

الساعة 08:00 مساءً

السعر: مجاني باستثناء الأنشطة المائية (5 فرنك سويسري)

التسجيل ضروري في الأنشطة المائية (ترخيص أبوي إجباري)

التسجيل غير ضروري بالنسبة للأنشطة المجانية

المعلومات والاتصال: على الرقم: 021 626 43 70

(خلال أوقات عمل المكاتب) / على الرقم: 077 474 13 52

www.lausanne-sur-mer.ch

للقدوم: الخط 2، محطة Maladière-Lac

PANATHLON FAMILY GAMES



يهدف هذا النشاط إلى تشجيع الشباب انطلاقاً من سن 6 سنوات على ممارسة الرياضة، وتمكنهم من اكتشاف حوالي ثلاثين رياضة مختلفة. يشرف عليه محترفون وخبراء لكل نشاط. وهناك العديد من الأنشطة العائلية.

معلومات عملية

المكان: ضفاف بحيرة ليمان في Vidy-Lausanne

(Pyramides, stade de Coubertin, espace fair-play)

التاريخ/التوقيت: شهر يونيو/حزيران، من الساعة 09:00

دروس للمبتدئين في حوالي 45 نشاط رياضي عبر 5 أيام أربعاء بعد الظهر، موزعة على مدار السنة الدراسية. تُشرف عليها جمعيات رياضية و/أو مختصون مؤهلون في كل اختصاص.

معلومات عملية

المكان: العديد من الأماكن

التاريخ/التوقيت: من سبتمبر/أيلول إلى يونيو/حزيران، باستثناء الأعياد والعطل المدرسية

السعر: مجاني، باستثناء التزلج والتزلج على اللوح سنوبورد والأحذية الثلجية (15 فرنك سويسري - للحصة - 6 مرات من يناير/كانون الثاني إلى مارس/آذار)
التسجيل ضروري (تُرسَل استمارة التسجيل إلى منزل كل طفل في بداية شهر أغسطس/آب)

المعلومات والاتصال:

www.lausanne.ch/sports-passion

أو Service des sports على الرقم 021 315 14 14

الرياضة في القاعة



GRATUIT

من عطلات الخريف وحتى عطلات عيد الفصح، توضع تحت تصرف الشباب والبالغين القاعات الرياضية في أماكن مختلفة من المدينة، بغية إتاحة ممارسة أنشطة مختلفة (كرة القدم، كرة المضرب للذكور والإناث، والباركور، تدريب الشارع (street workout)، الملاكمة للإناث) خلال فصل البرد. وهناك فرق من المؤهلين المشرفين على النشاط

معلومات عملية

المعلومات والاتصال:

www.lausanne.ch/sallesdesport

ملاعب رياضية مفتوحة للجمهور



GRATUIT

هناك العديد من الملاعب الرياضية التي يمكن دخولها بحرية في مختلف أحياء مدينة لوزان: وملعب Béthusy وملعب la Grève وملعب place de Milan وملعب Pierre-de-Plan

معلومات عملية

المكان: Béthusy (Avenue de Béthusy 20)

، Grève (Av. Pierre-de-Coubertin 9)

، Milan (Place de Milan)

، Pierre-de-Plan (Av. de la Sallaz 30)

التاريخ/التوقيت: دون تقييد

السعر: مجاني

التسجيل غير ضروري

المعلومات والاتصال: Service des sports على الرقم

021 315 14 14

صباحاً إلى الساعة 05:00 مساءً

السعر: مجاني

بعد التسجيل

المعلومات والاتصال: www.family-games.ch

للقدوم: مترو 2، محطة (Ouchy-Olympique) / الخطوط 1

و2 و6 و25، محطة (Maladière أو Théâtre de Vidy)

مساح الحي



GRATUIT

توجد في مدينة لوزان أربعة مساح خاصة بالأحياء السكنية، والدخول إليها مجاني. تعتبر مثالية للشعور بالانتعاش في فصل الصيف.

معلومات عملية

المكان: Bellevaux (route du Pavement 60)،

Boisy (chemin du Boisy 39)،

Montétan (route de Prilly 1)، Vieux-Moulin

(chemin de l'ancien-stand 36)

التاريخ/التوقيت: 08/26 - 05/26، من الساعة 09:30

صباحاً إلى الساعة 08:00 مساءً

السعر: مجاني

التسجيل غير ضروري

المعلومات والاتصال: www.lausanne.ch/piscines

الأسبوع الأولمبي

GRATUIT

يُقترح على الشباب الذين تتراوح أعمارهم بين 8 و 15 سنة أكثر من 30 نشاطاً رياضياً وثقافياً مجاناً خلال خمسة أيام. ويفضل القيام بحوالي 25000 تمرين للمبتدئين، تحت مراقبة وشراف المنشطين والمتطوعين. أضحي الأسبوع الأولمبي، مع مرور السنين، موعداً لا غنى عنه لاكتشاف العديد من الرياضات خلال العطلة المدرسية، ورفع مستوى الوعي من الفوائد الصحية لممارسة الرياضة.

معلومات عملية

المكان: المتحف الأولمبي وما جاوره، Quai d'Ouchy 1

التاريخ/التوقيت: من 14 - 2018/10/18

السعر: مجاني

بعد التسجيل (المسبق أو في عين المكان)

الاتصال: على الرقم 021 621 66 18

semaine.olympique@olympic.org

للقدوم: مترو 2، محطة Ouchy / الخط 2، محطة Ouchy /

الخط 8، محطة Musée Olympique /

الخط 4، محطة Montchoisi / الخط 25، محطة Elysée

SPORTS-PASSION



GRATUIT

برنامج رياضي مدرسي اختياري. فقط للتلاميذ الذين يدرسون في مدينة لوزان، انطلاقاً من السنة الخامسة HarmoS.

أنشطة أخرى

,arturbain@lausanne.ch, 079 444 06 53
www.lausanne.ch/art-urbain

مكتبات مدينة لوزان



المكتبات في مدينة لوزان هي في الوقت نفسه أماكن للعيش والتسلية والتعلم بكل حرية. تُنظم للشباب أنشطة ثقافية مجانية بصورة منتظمة. ولا ننسى: أقراص DVD والكتب السمعية والمجلات هزلية والروايات الأسطورية وروايات الخيال العلمي والوثائقيات والمجلات وباقة متنوعة من الأعمال الأدبية باللغات الألبانية والألمانية والإنجليزية والعربية والصينية والكرواتية والإسبانية والإيطالية واليابانية والبرتغالية والروسية والصربية والتاميلية والتركية.

من خلال الانضمام والتسجيل في المكتبة، يمكنك الوصول إلى خدمة رقمية مجانية: الكتب الإلكترونية، ومواد الدراسة الذاتية (اللغات وتكنولوجيا المعلومات) والمقالات الصحفية المتاحة للتزليل (وحتى الأجنبية).

معلومات عملية

المكان: مكتبات مدينة لوزان (6 مكتبات، 1 مكتبة متجولة)
التاريخ/التوقيت: طوال السنة (التفاصيل على الموقع
(bavl.lausanne.ch)

السعر: مجاني

بعد التسجيل

المعلومات والاتصال: على الرقم: 021 315 69 15

أو عبر البريد الإلكتروني:
bavl.lausanne.ch, bibliotheques@lausanne.ch

L'ÉTÉ DES PARCS



خلال العطل المدرسية الصيفية، سيضعون الشباب الذين تتراوح أعمارهم بين 14 و 17 عامًا كراسي الاستلقاء للتشمس في ثلاث حدائق، Valency و Milan و Vidy (بجوار المسرح)، مما سيدعو أهل لوزان إلى التسيب والاسترخاء، ويتيح

الاستقبال الطوعي في مراكز التسلية



تخصص مراكز التسلية الموجودة في قلب الأحياء السكنية لمدينة لوزان كل أسبوع أوقاتاً للاستقبال الطوعي، حيث يمكن للشباب أن يلتقوا. ويشرف عليهم المنشطون المؤهلون.

معلومات عملية

المكان: مراكز التسلية التابعة لمؤسسة التنشيط الاجتماعي والثقافي لمدينة لوزان (FASL) ومركز دوام لشباب Permanence Jeunes Borde

التاريخ/التوقيت: يختلفان وفقاً لمركز التنشيط المعني
السعر: مجاني

التسجيل غير ضروري

المعلومات والاتصال:

Centres d'animation FASL (Fondation pour l'Animation Socioculturelle Lausannoise), www.fasl.ch

ولمركز دوام Permanence Jeunes Borde

laurent.dougoud@lausanne.ch, 079 120 02 60,

www.lausanne.ch/jeunesse-loisirs

الفن الحضري



في مدينة لوزان، وخلال العطل المدرسية، يمكن للشباب الذين تتراوح أعمارهم بين 13 و 18 سنة أن يستفيدوا من دروس للمبتدئين في فن الجرافيتي وغيرها من تقنيات الرسم. ويمكنهم الاستفادة من ناصح رسامين محترفين، فيكتشفون بذلك مختلف التيارات للفن الحضري.

معلومات عملية

المكان: يحدد لاحقاً

التاريخ/التوقيت: يحدد لاحقاً

السعر: مجاني

التسجيل غير ضروري

المعلومات والاتصال:

(يوليو/تموز وأغسطس/آب)
السعر: 25 فرنك سويسري لكل ولد
المعلومات والاتصال: Direction Enfance,
jeunesse et quartiers, Domaine Accueil vacances,
Place Chauderon 7a, 021 315 68 25, www.apvrl.ch

عطل الصيف والخريف

أنشطة متنوعة، رياضية وثقافية وترفيهية مقترحة خلال
عطلة الصيف والخريف في العديد من مراكز التنشيط في
مدينة لوزان

معلومات عملية

المكان: مراكز التسلية التابعة لمؤسسة التنشيط الاجتماعي
والثقافي لمدينة لوزان (FASL) ومركز دوام لشباب
Jeunes Borde

التاريخ/التوقيت: من 07/09 إلى 2018/08/25 و/أو من
10/15 إلى 2018/10/26 (تختلف حسب مركز التنشيط المعني)

السعر: يختلف حسب المشروع
التسجيل: حسب المشروع

المعلومات والاتصال:

Centres d'animation FASL (Fondation pour l'Animation
Socioculturelle Lausannoise), www.fasl.ch

والتبادل بين الثقافات و / أو بين الأجيال. البرنامج: أنشطة
للأطفال وكتب وألعاب متاحة. يتم تقديم وجبة بعد الظهر
(العصرونية). يتم الإشراف من قبل العاملين الاجتماعيين خارج
نطاقهم العادي.

معلومات عملية

المكان: في حديقة Parc de Valency و حديقة Parc de
Milan و في Vidy (بجوار المسرح)

التاريخ/التوقيت: من 07/10 إلى 2018/08/25 ومن الساعة
01:00 بعد الظهر إلى الساعة 07:00 مساءً
السعر: مجاني

التسجيل غير ضروري

المعلومات والاتصال:

boulotdesjeunes@lausanne.ch

على الرقم 079 536 56 53 أو 079 558 62 06

www.lausanne.ch/etedesparcs

PASSEPORT VACANCES



أكثر من 300 نشاط شيق وحسب الاختيار يناسب جميع
الأذواق، موجه للشباب الذين تتراوح أعمارهم بين 9 و15 سنة.
فضلاً عن ذلك، يتيح الجواز الدخول إلى المسابح والاستفادة
من وسائل النقل العامة لمنطقة لوزان وثلاث تذاكر سينما، وكل
ذلك بالمجان.

وجواز Passeport vacances هو أيضاً مناسبة للالتقاء
بالمنظمين الذي يشاركون الجمهور شغفهم وأحرفتهم، وبالعديد
من البنات والأولاد أيضاً القادمين من كافة أنحاء المنطقة.

معلومات عملية

المكان: مدينة لوزان والمنطقة
التاريخ/التوقيت: أول و/أو آخر أسبوعين من العطل المدرسية
(يوليو/تموز وأغسطس/آب)

السعر: 45 فرنك سويسري لكل طفل

التسجيل حتى بداية شهر يونيو/حزيران

المعلومات والاتصال: Direction Enfance,

jeunesse et quartiers, Domaine Accueil vacances,

Place Chauderon 7a, 021 315 68 25, www.apvrl.ch

PASSEPORT VACANCES « FARNIENTE »



جواز الاسترخاء "Farniente" Passeport vacances
موجه للشباب بين 13 إلى 15 سنة، والذين لا يرغبون أن
يسجلوا أنفسهم في الأنشطة، ويودون فقط الاستفادة من الدخول
المجاني لمدة أسبوعين إلى المسابح ووسائل النقل العام في
منطقة لوزان إضافة إلى الحصول على ثلاث تذاكر سينما.

معلومات عملية

المكان: مدينة لوزان والمنطقة
التاريخ/التوقيت: أول و/أو آخر أسبوعين من العطل المدرسية

ALBANAIS / SHQIP
ANGLAIS / ENGLISH
العربية / ARABE
دری / DARI
ESPAGNOL / ESPAÑOL
FRANÇAIS
ITALIEN / ITALIANO
PORTUGAIS / PORTUGUÊS
ትግርኛ / TIGRIGNA



Ville de Lausanne

BUREAU LAUSANNOIS POUR LES IMMIGRÉS

Pl. de la Riponne 10 - CP 5032 - CH-1002 Lausanne
T +41 (0)21 315 72 45 - bli@lausanne.ch - www.lausanne.ch/bli

بالتعاون مع

Bureau de la communication, Service Bibliothèques et
Archives de la Ville de Lausanne, Service de la culture,
Service des sports, Service des parcs et domaines,
Secrétariat général Enfance, jeunesse et quartiers,
Fondation pour l'Animation Socioculturelle Lausannoise.