



# Evasion sur le bassin d'Arcachon

13-17  
ans

## CONTACT ORGANISATEUR

Ufoval 74  
3 avenue de la plaine - BP 340  
74 008 Annecy  
Tél: 04.50.52.30.00  
ufoval@fol74.org

**En savoir plus :** [www.fol74.org](http://www.fol74.org)

### Les indispensables :

- Fiche de renseignements médicaux, complétée et signée + médicaments et ordonnance.
- Test d'aisance aquatique
- Certificat médical de non-contre-indication à la pratique de la plongée

## Taussat

### Evasion sur le bassin d'Arcachon

#### Centre de vacances Castel Landou Réf. 074002001

Ce séjour combine une semaine en camping et une semaine en centre de vacances, avec des activités variées pour des vacances vitaminées ! C'est parti, départ à vélo pour une 1ère semaine au camping «Les Pastourelles» à Claouey, pour effectuer une sortie escalarbre, du foot golf, du stand up paddle, 2 séances de plongée avec bouteille et profiter également de l'océan. Ensuite direction le centre «Castel Landou» la deuxième semaine, au programme des baignades à la piscine et à l'océan, des balades dans les rues d'Andernos, la découverte du Bassin d'Arcachon (les forêts landaises, l'ostréiculture...), l'ascension de la Dune du Pilat et des flâneries dans les rues de Bordeaux...

#### Le Centre :

- Le Camping «Les Pastourelles» à Claouey est situé au cœur d'une pinède de 13 hectares et possède un accès direct à la plage de Claouey.
- Le village de Taussat-les-Bains se trouve à 40 km de Bordeaux, au bord du Bassin d'Arcachon proche du parc régional des Landes de Gascogne. D'une capacité de 195 lits, le centre «Castel Landou» se compose de 4 bâtiments implantés dans un grand parc. Il est idéalement placé au bord du Bassin avec un accès direct à la plage. Les enfants, âgés de 3 à 17 ans, sont répartis par tranche d'âge. Chaque groupe d'âge occupe un bâtiment qui se compose de chambres spacieuses de 4 à 8 lits avec sanitaires et douches intégrés ou à proximité. De nombreuses salles d'activités, une salle à manger et sa terrasse, une piscine découverte chauffée et surveillée complètent les équipements de base (lingerie, cuisine, infirmerie).



- **1<sup>ère</sup> semaine** : Départ en vélo du centre direction camping "Les Pastourelles" à Claouey.

**Accrobranche (1 séance)**: Une sortie accrobranche au parc de loisirs du Four. Les jeunes s'y rendent à vélo (environ 15 minutes). Des parcours de différentes difficultés permettent aux jeunes de grimper et de se déplacer d'arbre en arbre. De nombreux défis sont à relever : saut de Tarzan géant, ponts de singe, tyroliennes, filets à grimper...

**Stand up paddle (1 séance)\***: Les jeunes découvrent de nouvelles sensations de glisse en pratiquant une séance de stand up paddle. Debout sur l'eau et propulsé à la pagaie, le stand up paddle est une activité physique ludique à la portée de tous. C'est l'occasion de découvrir un environnement sauvage exceptionnel avec l'observation des oiseaux du Bassin d'Arcachon (aigrettes, gazettes, hérons cendrés, foulques, sternes...).

**\*Test d'aisance aquatique obligatoire**

**Plongée (2 séances)\***: Les jeunes participent à 2 séances de plongée sur une demi-journée, une en piscine et l'autre en milieu naturel dans le bassin côté Cap Ferret pour explorer la faune et la flore marines (herbier marin, hippocampes...). Les jeunes mettent en application les bases apprises lors de la 1<sup>ère</sup> séance en piscine (apprendre à respirer sous l'eau, vider son masque, utiliser la bouteille, gérer son appréhension...). Cette activité est encadrée par des professionnels de l'école de plongée Hippo située à Grand-Piquey.

**Foot golf (1 séance)**: Le foot golf est un sport de précision se jouant en plein air qui consiste à envoyer, avec des frappes du pied, un ballon de football dans un trou, avec le moins de frappes possibles, d'après des règles proches de celles du golf.

- **2<sup>ème</sup> semaine** : Retour sur le centre

**Ascension de la Dune du Pilat** : Une journée à la Dune du Pilat est au programme. Qui n'a jamais rêvé de gravir la plus haute dune d'Europe (106 m)? Au sommet, vue sur la côte océane, les passes d'entrée du bassin d'Arcachon, la forêt landaise, le Banc d'Arguin et même la chaîne des Pyrénées par ciel très clair. Les enfants s'y rendent en car. Une fois sur place, ils pique-niquent dans la forêt landaise avant de gravir la dune. Des jeux et des baignades à la plage de la Corniche sont au programme de cette journée.

**Sorties à Andernos-Les-Bains**: La ville d'Andernos-Les-Bains se trouve à 5 kilomètres du centre. Les jeunes peuvent aller s'y balader, flâner, manger une glace, acheter des souvenirs... Le soir, le groupe peut profiter des événements organisés par la commune d'Andernos (concerts, spectacles...).

**Découverte du Bassin d'Arcachon** : La situation du centre au bord du Bassin d'Arcachon permet de nombreuses découvertes: réserve naturelle du Domaine de Certes avec ses nombreux oiseaux, pêche à pied à marée basse, forêt landaise, rencontre avec un pêcheur, avec un ostréiculteur.

**Découverte de Bordeaux** : Bordeaux est une ville surprenante et les incontournables ne manquent pas! Les jeunes admirent le miroir d'eau le long des quais, flânent au cœur du jardin public, déambulent dans la rue Sainte Catherine et profitent de l'ambiance singulière du vieux Bordeaux. A la tombée de la nuit, les jeunes découvrent le charme de «Bordeaux by night» (en fonction des programmations: concerts, cinéma plein air, spectacles de rue...). Les jeunes partent en bus toute la journée et rentrent le soir des souvenirs plein la tête.

**Baignades à la piscine et à l'océan** : Les baignades s'effectuent toujours sous la surveillance d'une personne qualifiée (surveillant de baignade, BNSSA...). Un animateur pour 8 jeunes. Le centre dispose d'une piscine de 9 mètres sur 12 mètres avec une profondeur progressive de 40 cm à 1m60. Les baignades à l'océan se font à la plage surveillée où se trouve un poste de sécurité de Maîtres-Nageurs-Sauveteurs (MNS). La plage se trouve à une vingtaine de kilomètres du centre. Les jeunes s'y rendent en bus ou à vélo. L'organisation des baignades se fait avec les MNS, et il est possible de ne pas avoir l'autorisation de se baigner avec un groupe d'enfants (trop de vent, hauteur de vagues trop importante, trop de monde...). Les jeunes se baignent également dans le bassin à marée haute.

*A noter ! Nous nous réservons le droit d'annuler une activité si toutes les conditions de sécurité nécessaires à sa pratique ne sont pas pleinement remplies : météo, santé de l'enfant...*

**Vie Quotidienne**

1 animateur pour 8 jeunes en moyenne encadre les différentes activités. L'équipe de direction se compose d'une directrice, un adjoint par tranche d'âge et d'une assistante sanitaire.

Les animateurs, quel que soit le moment de la journée, sont toujours présents, avec un souci constant de sécurité et d'apprentissage.

**L'alimentation**: Les repas pris au centre ou préparés par les jeunes dans les campings, sont équilibrés, variés et pris à des heures régulières. Le partage du repas est un moment convivial, d'écoute et d'échange entre les personnes. C'est un temps éducatif durant lequel les animateurs veillent à ce que chacun goûte de tout, mange suffisamment et participe activement à la mise des tables, au débarrassage, au nettoyage des tables... Les régimes alimentaires médicaux sont respectés. Les convictions religieuses et philosophiques le sont également, si elles n'ont pas d'incidence sur l'organisation collective.

**Linge**: Le linge est lavé régulièrement par la lingère du centre. Malgré l'attention qu'on peut y apporter, il existe toujours, en collectivité, un risque de problème de lavage (linge déteint, abîmé). Il est préférable de choisir des vêtements pratiques, pas trop délicats, ayant déjà servi, plutôt que des vêtements neufs. Afin de réduire les risques de perte, il est indispensable de marquer les vêtements au nom de votre enfant

**ATTENTION !** Si le comportement de votre enfant était de nature à nuire à sa sécurité ou à celle de ses camarades, ou encore à compromettre la qualité des vacances que nous nous efforçons de proposer à chacun d'entre eux, une décision de renvoi pourrait être prise à son encontre, frais de retour à votre charge...



## Santé

Veillez remplir avec attention et sans omission la fiche de renseignements médicaux que vous recevrez avec la confirmation d'inscription en nous indiquant par exemple les allergies ou les régimes spécifiques. Le suivi médical est assuré par un adulte qualifié qui se charge des soins médicaux légers ou de l'application des traitements en cours.

Si votre enfant est malade, il est conduit chez le médecin et vous en êtes immédiatement avertis. Si votre enfant a un traitement en cours lors de son séjour, il est impératif de joindre l'ordonnance aux médicaments que vous donnez au responsable à l'arrivée au centre.

Les éventuels frais médicaux sont avancés par le centre, les ordonnances sont ensuite adressées aux familles contre remboursement (sauf si vous nous avez fourni une attestation CMU en cours de validité). Il est essentiel de nous informer, lors de l'inscription, de tout problème particulier important concernant la santé de votre enfant.

## Relations Parents/ Enfants

**Courrier:** Nous incitons les jeunes à vous envoyer une lettre après leur arrivée. Ils sont bien sûr libres d'écrire autant de fois qu'ils le souhaitent. N'oubliez pas de glisser dans la valise des enveloppes timbrées à votre adresse. Des lettres de votre part sont également recommandées et les bienvenues. Nous vous conseillons de privilégier le courrier pour correspondre.

**Téléphone:** Si vous souhaitez exceptionnellement joindre votre enfant par téléphone (durant la semaine au centre uniquement), faites-le entre 17h30 et 18h45 en vous armant de patience car les lignes sont souvent occupées.

**E-mail:** Vous avez aussi la possibilité d'écrire par mail à votre enfant à l'adresse suivante : [ufoval.74.taussat@wanadoo.fr](mailto:ufoval.74.taussat@wanadoo.fr)

**Internet:** Des nouvelles sont données sur le blog du séjour, et parfois même quelques photos. Pour le consulter, il suffit de vous rendre sur le site [www.fol74.org/blogs-de-nos-sejours](http://www.fol74.org/blogs-de-nos-sejours). L'identifiant et le mot de passe vous seront communiqués sur la convocation de départ.

## Argent de poche

Une somme de 15€ est suffisante. Vous la remettez à un animateur responsable au moment du départ en utilisant l'enveloppe « argent de poche ».

## Objets de valeur

La nature du séjour nous conduit à déconseiller la présence de tout objet de valeur (lecteur mp3, bijoux, téléphone mobile, CD, etc...). Toute disparition d'objets personnels devra être signalée au directeur dès constat et, en tout état de cause, avant la fin du séjour. Attention les vols, dégradations ou perte de téléphone portable ne sont pas couverts par notre Association.

## Assurance

Notre association souscrit une assurance dite « centres de vacances » pour tous les enfants et les jeunes qui sont inscrits dans les séjours qu'elle organise.

Cette assurance couvre : les frais de soins en complément des régimes légaux, le rapatriement en cas d'accident ou de maladie ne pouvant être traité sur place, certains biens si le sinistre est accidentel (par exemple vol caractérisé). Pour autant, les parents demeurent responsables des actes commis par leurs enfants au titre de l'autorité parentale, c'est pourquoi nous vous conseillons de souscrire un contrat d'assurance individuelle accident et responsabilité civile.

## Transports

Au départ de la région Auvergne Rhône Alpes, les voyages sont organisés de nuit en autocar de grand tourisme (en train de jour si l'effectif est faible).

Au départ des autres régions, les voyages sont organisés en train jusqu'à la gare de Furance Biganos ou Bordeaux. Transfert en car de la gare au centre. Le voyage s'effectue de jour.

Une convocation regroupant toutes les informations vous sera transmise 10 jours avant le départ.

## A remettre le jour du départ




### MEMO

- Fiche de renseignements médicaux complétée et signée + Photocopie carte vitale
- Médicaments + ordonnance médicale (le cas échéant)
- L'enveloppe contenant l'argent de poche, sur laquelle vous aurez écrit le nom et le prénom de votre enfant ainsi que la somme contenue dans l'enveloppe.
- Test d'aisance aquatique
- Certificat médical de non-contre-indication à la pratique de la plongée
- Autorisation parentale
- La fiche trousseau.
- Tout autre document que vous jugerez utile de remettre à l'équipe de direction du séjour

**Bon séjour avec UFOVAL 74/ Vacances Pour Tous!**



Nom et Prénom de l'enfant : .....

Chaque pièce du trousseau doit être marquée aux nom et prénom du jeune, à l'aide de bandes tissées et cousues.				Inventaire de l'animateur	
				ARRIVEE	DEPART
VALISE ou SAC DE VOYAGE	1				
CHAPEAU, CASQUETTE ou BOB	1				
TEE –SHIRT, POLOS	8				
PULL ou SWEET dont <b>1Chaud</b>	4				
COUPE VENT / IMPERMEABLE	1				
SHORT, BERMUDAS ou PANTACOURT	5				
PANTALON	3				
ROBE ou JUPE	Facultatif				
SLIPS, CULOTTES ou CALECONS	8				
PAIRES DE CHAUSSETTES	4 à 7				
PYJAMA	2				
MAILLOT DE BAIN (pas de short)	2				
SERVIETTE DE PLAGE	2				
PETIT SAC A DOS pour la plage et balade	1				
SANDALETTES pour marcher (pas de tong)	1				
NU-PIEDS	1				
BASKETS	1				
SERVIETTE DE TABLE	2				
SERVIETTE DE TOILETTE	2				
GANT DE TOILETTE	3				
TROUSSE DE TOILETTE : Gel douche ou savon avec étui, shampoing, peigne ou brosse, brosse à dent, dentifrice, crème solaire, mouchoirs en papier					
NECESSAIRE COURRIER : Bloc, enveloppes, timbres, stylo					
AUTRES					



**SEJOUR :**

NOM ET PRÉNOM DE L'ENFANT :

.....

Date du séjour : Du ..... Au .....

**A REMPLIR PAR LE MAITRE NAGEUR**

Attestation de réussite au test d'aisance aquatique préalable à la pratique des activités aquatiques et nautiques (canoë-kayak et disciplines associées, descente de canyon, ski nautique, nage en eau vive, surf, glisse aérotractée nautique, voile) en Accueils Collectifs de Mineurs.

Suivant l'arrêté du 25 avril 2012 fixant les modalités d'encadrement et les conditions d'organisation et de pratiques de certaines activités physiques en ACM.

L'attestation peut être délivrée par une personne titulaire des diplômes suivants : Brevet National de Sécurité Aquatique (BNSSA), Diplôme d'Etat de maître nageur sauveteur (DE de MNS), Brevet d'Etat d'Educateur Sportif des Activités de la Natation (BEESAN), Brevet Professionnel de la Jeunesse, de l'Education Populaire et de Sport des activités aquatiques et de la Natation (BPJEPS AAN), ou tout autre BEES ou BPJEPS des spécialités nautiques considérées.

Ce document atteste l'aptitude du mineur à : effectuer un saut dans l'eau, réaliser une flottaison sur le dos pendant 5 secondes, réaliser une sustentation verticale pendant 5 secondes, nager sur le ventre sur 20 mètres, franchir une ligne d'eau ou passer sous une embarcation ou un objet flottant. Le parcours peut être effectué avec une brassière de sécurité.

Je soussigné(e)

.....  
.....

Titulaire du diplôme :

.....  
.....

Date de délivrance du diplôme : .....

Certifie que l'enfant

.....  
.....

Né(e) le ..... / ..... / .....

A passé avec succès les épreuves demandées.

Fait à ..... le.....

Cachet et signature :



**SEJOUR :**

NOM ET PRÉNOM DE L'ENFANT :

.....

Date du séjour : Du ..... Au .....

**A REMPLIR PAR LE MEDECIN**

Je soussigné, Docteur :

certifie avoir pris connaissance de la liste des contre-indications à la pratique de la plongée sous-marine établie par la Commission Médicale et de Prévention Nationale de la FFESSM ([www.ffessm.fr](http://www.ffessm.fr)),

avoir examiné Mr, Mme, Mlle:

né(e) le :

demeurant à :

et déclare qu'il (elle) ne présente pas à ce jour de contre-indication cliniquement décelable à la pratique des activités subaquatiques.

Fait à : ..... Signature et tampon (obligatoire)

Le : ..... / ..... / .....

Le présent certificat, valable 1 an sauf maladie intercurrente ou accident de plongée est remis en mains propres à l'intéressé(e) qui a été informé(e) des risques médicaux encourus.

**Informations au médecin signataire**

L'article L 231-2 du Nouveau Code de la Santé Publique prévoit que les Fédérations doivent veiller à la santé de leurs licenciés. En application de l'article L.231-2 de ce Code, la délivrance de ce certificat ne peut se faire qu'après un « *examen médical approfondi* » qui doit permettre le dépistage d'une ou plusieurs affections justifiant une contre indication temporaire ou définitive ; la liste indicative de ces affections figure au verso de ce certificat dont la délivrance doit être mentionnée dans le carnet de santé prévu par l'article L 2132-1 . Si le recours à un Médecin Fédéral FFESSM ou spécialisé en Médecine subaquatique et hyperbare vous paraît souhaitable , la liste de ces médecins est disponible auprès des structures fédérales de la FFESSM ou en consultant les sites web régionaux accessibles à partir de [www.ffessm.fr](http://www.ffessm.fr)

**CONTRE-INDICATIONS à la PLONGEE en SCAPHANDRE AUTONOME**

Février 2007

Cette liste est indicative et non limitative. Les problèmes doivent être abordés au cas par cas, éventuellement avec un bilan auprès d'un spécialiste, la décision tenant compte du niveau technique (débutant, plongeur confirmé ou encadrant).



**AUTORISATION PARENTALE**

**SEJOUR :**

NOM ET PRÉNOM DE L'ENFANT :

.....

Date du séjour : Du ..... Au .....

**A REMPLIR PAR LA FAMILLE**

Je soussigné(e) M. ou Mme .....

Responsable de l'enfant .....

L'autorise à participer à l'activité Plongée durant le séjour.

Fait à ..... le.....

Signature

