



15/17  
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)

**Dates du séjour :**

**Du 07 au 21 juillet 2020**

**Ref : 074 043 001**

*Ecosse*

*Terre de mystère*

Partons à l'assaut d'un pays passionnant fait de plaines brumeuses, de lochs mystérieux, de musiques étranges et de compagnons chaleureux aux traditions venues d'un passé lointain et tumultueux...

- \* **Edimbourg** : visite de la vieille ville, des jardins, des musées et plus encore (légendes populaires, naissance d'Harry Potter).
- \* **Inverness** : découverte de la région, du Loch Ness, des jeux traditionnels (participation aux Highland Games), du château d'Urquhart...
- \* **Les îles Orcades** : découverte de l'île à vélo ou en bus, sites archéologiques, réserves naturelles, petits ports pittoresques ...
- \* **Pitlochry** : repos et détente au camping, visite de Blair Castle, découverte d'une distillerie...



## TRANSPORT

Des pré-acheminements pour rejoindre le lieu de rassemblement s'effectuent en car, en train ou en véhicule UFOVAL depuis votre ville de départ. Puis transport jusqu'à Edimbourg en avion.

## SITE

### ► Itinéraire prévisionnel

- Edimbourg +/- 4 jours
- Pitlochry +/- 3 jours
- Inverness +/- 3 jours
- Les îles Orcades +/- 4 jours

### ► Cadre de vie

C'est un séjour d'aventure et de découverte. Les hébergements se feront en camping principalement, parfois nous pourrons bivouaquer. Nous utiliserons principalement les transports en commun et nous marcherons aussi beaucoup.

### ► Matériel

Sac à dos et duvet fourni par l'UFOVAL, le tapis de sol doit être fourni par la famille.



## ACTIVITES

Randonnées, visites, shopping, jeux... Les activités ne manquent pas !

### ► Edimbourg

Capitale de l'Ecosse et ville classée au patrimoine mondial de l'Unesco pour son quartier médiéval, Edimbourg est une ville riche en histoire et en légendes. Point de départ de la Royal Mile (l'artère principale de la vieille ville d'Edimbourg) : le château d'Edimbourg, datant du XIIème siècle et visible depuis toute la ville, résume à lui seul la grandeur de cet cité. Traîner des pieds dans la vieille ville, faire du shopping dans New Town ou encore flâner dans les jardins de Prince's Street sont autant d'activités possibles dans cette capitale.

### ► Inverness

Inverness, littéralement l'embouchure de la rivière Ness, est la capitale des Highlands. C'est un lieu d'étape idéal pour découvrir le Loch Ness et ses nombreuses légendes. Le château d'Urquhart au bord du Loch Ness paraît être un arrêt incontournable. La ville est également l'endroit parfait pour assister aux fêtes et jeux traditionnels le temps d'une journée et pour voyager encore plus loin aux sons des cornemuses!



### ► Les îles Orcades

A l'extrémité nord de la Grande-Bretagne, ces îles évoquent parfois plus la Scandinavie que l'Ecosse. Après avoir traversé la mer du Nord, les Vikings norvégiens s'y sont installés. Les îles Orcades (Orkney Islands) forment un archipel de 70 îles dont seulement une vingtaine sont habitées.

### ► Pitlochry

Petite ville au sud du Blair Castle (château blanc immaculé propriété du clan Murray), Pitlochry est l'étape rêvée sur la route qui mène à Inverness. Elle possède une architecture victorienne typique mais ce n'est pas son seul atout. De nombreux chemins de randonnées partent d'ici. On trouve également plusieurs distilleries dont Blair Athol ou Edradour (la plus petite distillerie d'Ecosse). Enfin, la ville offre plusieurs lieux de camping avec piscine, jacuzzi... Détente assurée !

### [Message de l'équipe aux jeunes :](#)

Tu as quelques mois pour faire des recherches sur le pays que nous allons visiter (lieux à visiter, activités possibles ...) : internet, livres de voyage, échanges ...recherche, sois curieux, rêve, imagine ton séjour idéal...



Nous reviendrons rapidement vers toi pour connaître les résultats de tes recherches, tes idées et envies.

### **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...**

## ORGANISATION DU SEJOUR

### ► L'équipe d'encadrement

1 adulte pour 8 jeunes en moyenne. Pour un groupe de 18 jeunes, 3 adultes encadrent le séjour, dont un directeur et une assistance sanitaire.

### ► L'alimentation :

Le petit-déjeuner est pris au campement ou à l'extérieur avant de débiter nos journées de découverte. Nous pique-niquons de sandwiches et de salades pour le déjeuner afin de faciliter le temps de déplacement et de visites. Des repas chauds, préparés selon les talents des membres

du groupe, sont proposés chaque soir. Nous découvrons la nourriture locale et apprécions les multiples spécialités du pays.

Chacun doit s'impliquer activement et participer à tour de rôle aux tâches collectives (courses, préparation des repas, vaisselle...).

La vie collective lors d'un séjour itinérant à l'étranger rend difficile l'adaptation constante aux choix alimentaires de chacun (idéologie, religion...). Nous garantissons cependant le respect des régimes alimentaires médicaux des participants.

#### ► Déroulement de la journée:

Les activités, les visites et l'organisation de la vie quotidienne sont réfléchies et anticipées par l'équipe. Durant le séjour, le rythme de vie est adapté aux envies et à l'état de fatigue de chacun, dans la mesure du possible. Chaque jour, des groupes sont faits pour permettre aux jeunes de choisir et de répondre le plus possible à leurs attentes.

#### ► Le réveil

Il est échelonné sur un temps défini afin de s'adapter au mieux au rythme de chacun mais il peut parfois être programmé tôt le matin si une activité ou sortie l'impose. L'avenir appartient à ceux qui se lèvent tôt !

#### ► Le coucher

Un jeune a besoin d'au moins 8h de sommeil, selon l'état de fatigue des jeunes. De plus le rythme d'un séjour itinérant est intense et les journées bien remplies, alors la fatigue l'emporte souvent sur l'envie de faire durer la soirée ...

#### ► La toilette

Un brin de toilette est effectué chaque matin. Chaque soir, les jeunes prennent une douche bien appréciée. Dans les campings, les sanitaires sont parfois assez rudimentaires, ce n'est donc pas toujours possible de brancher des appareils électriques, de prendre ses aises ou d'avoir de l'eau chaude à chaque fois !

#### ► Le linge

Les jeunes auront la possibilité de laver leur linge soit à la main, soit dans des laveries automatiques. 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.

#### ► Rappel réglementaire,

Même à l'étranger, nous appliquerons la loi française en vigueur : La loi française interdit la consommation d'alcool aux mineurs. La possession et la consommation de drogue constituent un délit. La consommation de tabac est quant à elle strictement interdite aux jeunes de moins de 16 ans.

D'une manière générale, tout comportement de nature à nuire à votre sécurité ou à celle de vos camarades, ou pouvant compromettre la qualité des vacances que nous nous efforçons de proposer à chacun, pourra donner lieu à une décision de renvoi. Frais de retour à la charge des familles ...

## RELATION PARENTS/JEUNES

**Téléphone** : le téléphone portable est fortement déconseillé, afin de profiter pleinement de la vie de groupe. De plus, les frais supplémentaires inhérents aux communications passées et reçues à l'étranger sont très élevés ! Si toutefois le jeune le garde durant le séjour, son utilisation sera réglementée par l'équipe d'encadrement.

**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.

**En cas d'urgence**, les parents peuvent contacter l'UFOVAL 74 qui reste en liaison régulière avec le directeur

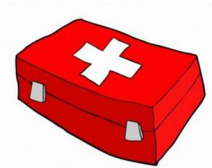
## INFORMATIONS POUR PREPARER VOTRE SEJOUR

### ► Argent de poche

Chaque jeune est responsable de son argent. **Il n'est pas nécessaire d'apporter une somme trop importante**, 40 à 50 euros pour l'ensemble du séjour sont largement suffisants.

### ► Santé

**Il est très important de remplir sérieusement et sans omission la fiche sanitaire** en nous indiquant par exemple les allergies, les problèmes de santé particuliers ou le régime alimentaire médical. L'assistante sanitaire veillera à l'hygiène ainsi qu'au suivi des traitements médicaux (**accompagnés obligatoirement d'une ordonnance !**). Si un jeune est malade, le directeur téléphonera à la famille et n'hésitera pas à consulter un médecin.



Ce séjour ne nécessite pas une condition physique particulière, toutefois, il faut être capable de porter son sac, dormir sous tentes, marcher durant un petit moment, supporter les conditions météorologiques diverses...

Aucune **vaccination** particulière n'est obligatoire. Nous vous conseillons de vous renseigner auprès de votre médecin généraliste sur les éventuels traitements préventifs. **Lors de l'inscription, nous informer de tout problème important concernant la santé de votre enfant !**

### ► Objets de valeur

Les objets de valeur tels que le téléphone portable, lecteur MP3, appareil photo numérique, vêtements de marque... sont **déconseillés pendant le séjour**. Ils resteront sous l'entière responsabilité de votre enfant s'il décidait toutefois de les amener (aucun remboursement en cas de dégradation, vol, perte...).

Comme dans beaucoup de pays où l'affluence touristique est importante, les transports en commun et les centres villes bondés facilitent la perte et le vol d'objets. La vigilance de chacun est impérative.

## ► 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.

## ► Avant le séjour

Il est important de se renseigner sur le pays afin de bien préparer ton voyage. Vous trouverez de nombreuses informations dans les ouvrages en bibliothèque, dans les guides de voyage ou sur les sites internet.

**Une réunion d'information** pour préparer le séjour est organisée entre l'UFOVAL, les jeunes et les parents, **le samedi 30 mai 2020 à 9h30 au collège du Semnoz à Seynod**. A cette occasion, les directeurs sont présents pour répondre à vos questions et les sacs à dos sont remis aux jeunes pour les séjours concernés. **La présence de tous les habitants de la région Rhône-Alpes est INDISPENSABLE.**

## DOCUMENTS ET INFORMATIONS INDISPENSABLES



### Documents originaux à remettre le jour du départ :

- Pièce d'identité personnelle en cours de validité
- Autorisation de sortie de territoire CERFA N°15646\*01 + copie de la carte d'identité du signataire + une copie du livret de famille dans le cas où l'enfant ne porte pas le même nom de famille que le parent signataire
- Carte européenne d'assurance maladie
- Fiche sanitaire (remplie et signée)
- Médicaments + ordonnance (en cas de traitement médical à suivre)

### Attention il faut impérativement envoyer avant le 01/05/2020 :

- Photocopie de la pièce d'identité du jeune en cours de validité.
- Photocopie de l'autorisation de sortie de territoire CERFA N°15646\*01 + photocopie de la carte d'identité du signataire + photocopie du livret de famille dans le cas où l'enfant ne porte pas le même nom de famille que le parent signataire

Par e-mail à [doc.sejourufoval@fol74.org](mailto:doc.sejourufoval@fol74.org)

Où

Par courrier à l'adresse UFOVAL 74  
3 avenue de la Plaine - BP 340 - 74008 ANNECY



## FICHE TROUSSEAU

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.                                  | <i>CONSEILLÉ</i> | <i>DANS LA VALISE</i> | <i>SUR SOI</i> | Inventaire de l'animateur |        |
|---|------------------|-----------------------|----------------|---------------------------|--------|
|   |                  |                       |                | ARRIVEE                   | DEPART |
| VALISE ou SAC DE VOYAGE   | 1                |                       |                |                           |        |
| CHAPEAU, CASQUETTE ou BOB   | 1                |                       |                |                           |        |
| TEE –SHIRT, POLOS   | 7                |                       |                |                           |        |
| PULL ou SWEET chaud   | 2                |                       |                |                           |        |
| COUPE VENT / IMPERMEABLE  | 1                |                       |                |                           |        |
| SHORT, BERMUDA ou PANTACOURT  | 1                |                       |                |                           |        |
| PANTALON  | 2                |                       |                |                           |        |
| ROBE ou JUPE  | Facultatif       |                       |                |                           |        |
| SLIPS, CULOTTES ou CALECONS   | 7                |                       |                |                           |        |
| PAIRES DE CHAUSSETTES   | 7                |                       |                |                           |        |
| PYJAMA  | 1                |                       |                |                           |        |
| MAILLOT DE BAIN   | 1                |                       |                |                           |        |
| SERVIETTE DE PLAGE  | 1                |                       |                |                           |        |
| PETIT SAC A DOS pour la balade  | 1                |                       |                |                           |        |
| NU-PIEDS  | 1                |                       |                |                           |        |
| BASKETS ou CHAUSSURES DE MARCHE   | 1                |                       |                |                           |        |
| SERVIETTE DE TOILETTE   | 1                |                       |                |                           |        |
| 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  |                  |                       |                |                           |        |

- Penser aux serviettes microfibrés : gain de place et séchage rapide !
- Amener des vêtements solides, se lavant facilement, ne déteignant pas (pas de vêtements neufs, de marque ou de valeur).
- Conditionner les vêtements dans des sacs plastiques dans le sac à dos, imparable pour les

protéger de l'humidité!

- Conditionner les liquides (gel douche, shampoing...) dans des flacons à bouchon, dans un sac à congélation pour éviter les fuites...
- Restreindre le poids des affaires personnelles à un maximum de 7 kg et laisser de la place libre sur le haut du sac (pour y ajouter le matériel collectif le jour du départ).





