



Thaïlande

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

Dates du séjour :

Du 7 au 24 juillet

Réf 074054001

Thaïlande

Bienvenue au Pays du Sourire

Bienvenue sur une terre d'Asie aux mille contrastes ! Depuis la moderne et hyperactive Bangkok, en passant par le nord, authentique et nature, pour finir sur les îles paradisiaques du sud, c'est une découverte atypique et émouvante qui attend les voyageurs...

* **Bangkok** : visite du grand palais, du Wat Po, Wat Arun... Découverte de la ville.

* **Ayutthaya** : ancienne capitale et maintenant cité des temples, idéale à visiter à vélo !

* **Chiang Mai** : trek guidé de 3 jours dans la jungle, au cœur des ethnies locales ; bamboo rafting, cours de cuisine ou encore match de Muay Thai.

* **L'île de Koh Tao** : excursion en snorkeling pour découvrir l'extraordinaire vie sous-marine, randonnées, plages et villages de pêcheurs.



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.

Le voyage se fait en avion.

Attention : le groupe doit être présent à l'aéroport 3h avant

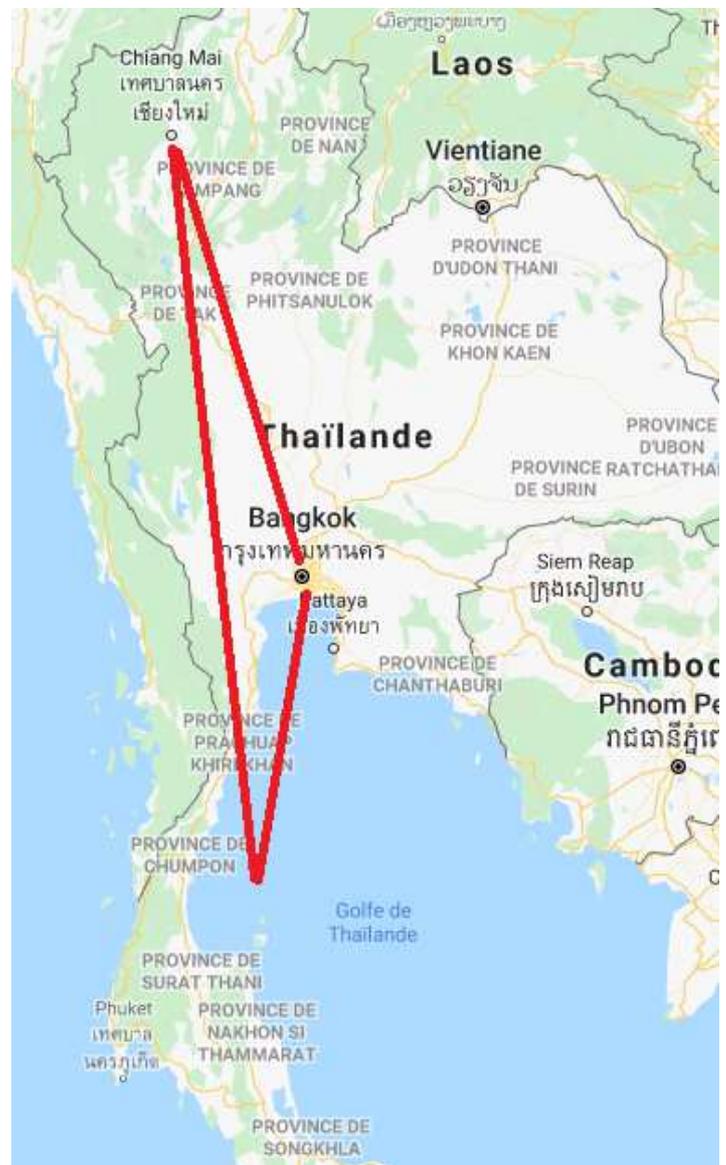
SITE

► Situation géographique

Le Pays du sourire nous accueille pour 18 jours d'aventure! A travers ses paysages de carte postale, la Thaïlande fait rêver mais nous ne nous contenterons pas de découvrir les lieux les plus touristiques... Le pays et son peuple chaleureux se découvrent avec bonheur à travers une culture intéressante et fabuleuse, très différente de la nôtre. Notre périple commence dans la capitale où modernité et tradition se côtoient toujours. Ça va vite, c'est bruyant et plein de vie dans les rues. Quelques jours sont nécessaires afin de s'acclimater et de découvrir les merveilles de cette ville. Ensuite direction le nord! Là c'est la vraie vie que l'on touche du doigt. A Chiang Mai on goûte l'authenticité dans la vie quotidienne comme dans la cuisine! Dans ce pays où tout est fait pour accueillir agréablement et efficacement les touristes, Chiang Mai est le lieu idéal pour partir en trek dans la jungle environnante, équipés et encadrés d'un guide local! Puis direction le sud, dans le golfe de Thaïlande, à Koh Tao, île réputée pour la plongée. Tout y est réuni pour passer quelques jours fantastiques: plages de rêve, eaux turquoise, fonds sous-marins riches et colorés... L'idéal pour finir un séjour dépaysant!

► Itinéraire prévisionnel

- Bangkok : +/- 5 jours
- Chiang Mai : +/- 2 jours
- Jungle du nord (trek) : +/- 3 jours
- Île de Koh Tao : +/- 4 jours



► L'hébergement

L'hébergement se fait en auberge de jeunesse ou guesthouse durant tout le séjour. Le confort est éloigné de nos standards français, les sanitaires sont en nombre réduit et l'eau chaude peut manquer. Nous serons néanmoins vigilants à ce que chacun puisse avoir une bonne hygiène.

► Les transports

Les déplacements se font en car, en train, en transports locaux (bus, tuk-tuk...), et principalement à pied! Pour des raisons pratiques et de sécurité, les grands trajets entre les villes sont prévus et organisés avant le séjour. Mais nous avons toujours la possibilité de moduler le programme une fois sur place.

Pour gagner du temps, certains longs trajets en train pourront être effectués de nuit.

► Matériel

Sac à dos fourni par l'UFOVAL, pas besoin de duvet.

ACTIVITES



Durant notre séjour, nous traversons la Thaïlande de haut en bas! Pour nous déplacer, nous prenons le train ou les bus d'une ville à l'autre. Nous profitons des trajets parfois un peu longs pour découvrir de magnifiques paysages, faire connaissance, ou simplement dormir (lorsque nous prenons des trains de nuit)!

A chaque étape, nous commençons par nous installer à l'auberge, poser toutes nos affaires avant de partir visiter les lieux plus légers... Nous marchons beaucoup la journée alors gare aux ampoules et au mal de pied si tu n'es pas bien chaussé(e)! Nous pouvons aussi utiliser les transports locaux pour faire de plus longs trajets dans les grandes villes. Le contenu des journées est varié, équilibré entre culture et loisirs, randonnées et détente pour que chacun y trouve son compte.

Nous attendons tes idées et tes envies pour concrétiser le programme et faire que chacun passe un séjour inoubliable. Mais attention, on est là avant tout pour partir à la découverte d'une terre lointaine, pas question de passer son temps allongé sur une serviette! Alors ouvre grand les yeux, tends l'oreille et ouvre les bras pour embrasser cette belle culture...

Comme nous l'avons déjà dit, le programme de notre séjour « routard » n'est pas définitif, mais voici un petit aperçu de tout ce qu'il y a à découvrir sur place :

- **Bangkok**

L'arrivée à Bangkok provoque un véritable choc des cultures! Aux portes de l'Asie, on est accueilli à bras ouverts par les thaïs et leur doux sourire, mais aussi par la chaleur humide de l'équateur et les épices parfumées. Dans la capitale, c'est la frénésie, le bruit et la circulation qui frappent en premier lieu. La mégalopole est moderne et hyperactive, elle déborde de vie! Dans un décor fabuleux, l'ancien et le moderne se mêlent à la perfection pour un résultat détonnant. Il est rare de rencontrer ailleurs des petites échoppes qui cuisinent un « Pad Thai » sur le pouce, juste au pied de grandes zones commerciales ultra-modernes! La Thaïlande d'hier est très présente et nous prendrons le temps de la visiter à travers les nombreux palais principalement. Nous passerons quelques heures dans le Grand Palais, petite ville dans la ville... A l'intérieur, foule de temples

colorés, de bouddhas dorés, couchés ou assis... Non loin de là, au sein du plus vieux temple de Bangkok, on découvrira l'un des plus grands bouddhas couchés du monde: 45m de long, recouvert de feuilles d'or, ça impressionne! Pour finir, on prendra un peu de hauteur en grimpant sur le Wat Arun haut de 82 m. Bangkok c'est aussi les marchés flottants et colorés, des jardins zen, les tuk-tuk et le grand Siam Square...

- **Ayutthaya**

A 75 km de Bangkok, Ayutthaya a été fondée en 1350 et fut la deuxième capitale du royaume Siam, chargée d'histoire. Cette cité très fleurissante a été construite sur une île entourée de 3 fleuves puis rasée par les birmans. Les ruines sont toujours présentes et c'est une découverte impressionnante que l'on fera. Le parc archéologique est maintenant classé au patrimoine mondial de l'UNESCO et sa situation nous permet de visiter l'ensemble en une journée d'excursion au départ de Bangkok.



- **Chiang Mai**

C'est la deuxième ville de Thaïlande, au nord du pays. Nous la rejoindrons en avion pour ne pas perdre trop de temps. Cette cité est très différente de la capitale et on y découvrira le quotidien des thaïs. Plusieurs temples sacrés avec des chédis sont à visiter. Nous prendrons aussi le temps de traverser les marchés d'artisanat pour s'imprégner de la culture. La cuisine est savoureuse alors on pourra s'initier aux recettes régionales.



- **Jungle du nord - Trek**

Dans les montagnes autour de Chiang Mai, on partira à l'aventure pour un trek de 3 jours à la rencontre des ethnies locales... Accompagnés d'un guide local anglophone, on se fraye un chemin dans la jungle jusqu'au refuge des éléphants. La suite du trek nous mène jusqu'à des villages reculés où nous serons hébergés pour la nuit. La rencontre avec les peuples des montagnes est riche et intéressante. Au retour, un peu d'aventure à bord de radeaux maisons pour une descente de rivière en bamboo rafting (sous réserve d'une météo clémente...) !

- **Île de Koh Tao**

Après ces émotions, on reprendra l'avion ou le train pour Bangkok puis une nuit en train pour nous rendre à Koh Tao, le paradis des plongeurs! On profitera des plages aux eaux transparentes et chaudes mais aussi des quelques sentiers qui nous permettront de prendre de la hauteur. Une journée d'excursion en snorkeling (plongée en masque-tuba) sera organisée afin de découvrir les fonds marins exceptionnels dans les meilleurs spots de l'île. Coraux colorés, poissons, requins pour les chanceux. Le climat est très différent du nord et son côté authentique. Ici, c'est le tourisme qui fait loi! Partout on entend parler anglais. « L'île de l'éléphant » est juste paradisiaque, c'est une expérience inoubliable !!

Compte-tenu de la période des moussons, certaines activités sont susceptibles d'être annulées sur place.

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 à l'auberge 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 visite. 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 des 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. 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. 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

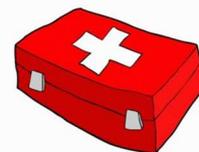
Chaque jeune est responsable de son argent. **Il n'est pas nécessaire d'apporter une somme trop importante**, 40 à 50 euros pour l'ensemble du séjour sont largement suffisants.

La monnaie en Thaïlande est le Baht ; 1 € = environ 35 Bts

Les jeunes peuvent changer leur monnaie sur place directement.

► 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, 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 son 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 :

- Passeport personnel valide 6 mois après la date retour du séjour.
- 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
- Test d'aisance aquatique (à effectuer en piscine, doc en PJ)
- Certificat d'aptitude à la plongée + autorisation parentale
- 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 du passeport 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

Ou

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 -SHIRTS, POLOS	6				
PULL ou SWEET chaud	2				
COUPE VENT / IMPERMEABLE	1				
SHORT, BERMUDA ou PANTACOURT	3				
PANTALON	1				
ROBE ou JUPE	Facultatif				
SLIPS, CULOTTES ou CALECONS	6				
PAIRES DE CHAUSSETTES	6				
PYJAMA (plus en cas d'énurésie)	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 TABLE	0				
SERVIETTE DE TOILETTE	1				
GANT 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					
AUTRES : Vêtement qui couvre les jambes pour les visites de temple					

- 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...
- Nous recommandons le poids des affaires personnelles à un maximum d'environ 7 à 10 kg et laisser de la place libre sur le haut du sac (pour y ajouter le matériel collectif le jour du départ).

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

.....

