



Colo nature au lac de Paladru



CONTACT ORGANISATEUR

Ligue de l'enseignement de l'Isère
Vacances pour tous
33 rue Joseph Chanrion - 38 000 Grenoble
Tél. 04 38 12 41 30 - Fax 04 76 70 02 57
vacances@laligue38.org

En savoir plus : colos.laligue38.org

Les indispensables :

Test d'aisance aquatique
Duvet
Bonnes chaussures du routard

Colo nature au lac de Paladru

**6-11
ANS**

Une colo 100% nature au bord du «Lac bleu» !

Court séjour

Réf. 038 014 001

C'est le séjour idéal pour ta 1^{ère} colo en pleine nature. Au programme : **2 séances d'initiation au pilotage d'optimistes** sur le lac, encadré par les moniteurs du centre nautique de Charavines. **Baignades**, dans les eaux cristallines du lac. Pour profiter de l'été. **Balades**, sur les traces des chevaliers paysans de l'an mil avec une visite du musée dédié à la préhistoire.

VTT, 2 séances avec un moniteur diplômé pour apprendre à piloter un vélo, chercher l'équilibre sur les modules ludiques et partir à l'assaut des chemins balisés au sein de la base FFCT.

Découverte de la nature et du patrimoine avec visite du village, grands jeux, soirées à thèmes proposés par l'équipe d'animation complètent ce séjour où vivre ensemble prend tout son sens.

Conditions d'hébergement :

Niché au cœur d'un environnement verdoyant, le lac de Paladru offre une palette de couleurs allant de l'émeraude au turquoise et une eau à 25° en plein été.

Hébergement en camping sous tente igloo 3 places. Le groupe bénéficie d'un barnum avec tout le confort pour la cuisine et les temps calmes. Chacun participe activement à la vie du groupe : courses, cuisine, vaisselle. Vive le camping !



Vie quotidienne

Le groupe participe activement à la vie collective : les repas sont préparés par toute l'équipe, sous la bienveillance des animateurs. Le camp est également monté par le groupe.

Rythme de vie : Le réveil est individualisé sauf en cas d'activité ou de sortie matinale. Le coucher, également est individualisé, il s'effectue toujours à des heures raisonnables après une veillée. Les activités dynamiques et calmes sont alternées en fonction des moments de la journée et des conditions climatiques; elles sont adaptées au rythme de vie des jeunes.

Repas : Nous avons le souci de proposer des repas équilibrés, pris à des heures régulières. Nous veillons à ce que les jeunes mangent de tout et suffisamment. Nous prendrons en considération les régimes alimentaires et médicaux signalés avant le départ. Notre association applique le principe de laïcité en respectant les convictions religieuses si elles n'ont pas d'incidence sur l'organisation collective.

Hygiène : la douche et la toilette sont effectuées chaque jour.

Santé

Les parents remplissent avec attention et sans omission la FICHE SANITAIRE en nous indiquant par exemple les allergies ou les régimes spécifiques. Si le jeune suit un traitement en cours lors de son séjour, il est impératif de donner l'ordonnance du médecin, au moment du départ, au responsable du convoi. 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 le jeune tombe malade, il est conduit chez le médecin et vous en êtes avertis dès que possible. Fournir dès l'inscription, les imprimés nécessaires à jour : attestation CMU et attestation d'assurance maladie.

Relation Parents / Jeune

L'équipe d'animation s'engage à insister auprès des jeunes pour qu'ils soient en contact avec leur famille : courrier ou téléphone. Un blog est tenu à jour au cours du séjour. Les coordonnées sont communiquées lors des envois des convocations.

Argent de poche

L'argent est géré par le jeune et peut être confié à l'équipe d'animation. S'il souhaite le conserver, aucun contrôle ne sera effectué par l'équipe d'animation (utilisation, perte, vol). Cet argent reste sous l'entière responsabilité du jeune. Les besoins étant limités, les sommes importantes sont déconseillées.

Objets de valeur

Ils sont déconseillés (vêtements de marque, téléphone portable, console de jeu, bijoux, appareil photo numérique, MP3...) et restent sous la responsabilité de l'enfant. Aucun remboursement ne sera effectué en cas de perte ou de vol.

Pratiques addictives : tabac, alcool, drogues

La loi Française interdit la consommation d'alcool aux mineurs et la consommation de tabac dans les lieux publics et spécialement dans les centres de vacances. La loi interdit également la consommation de drogues et de produits stupéfiants. Si elle n'était pas respectée, nous avons obligation légale de déclarer ces infractions au procureur de la République

- MEMO -

Documents à remettre le jour du départ :

- La fiche sanitaire
- Les médicaments et l'ordonnance
- L'argent de poche
- Test d'aisance aquatique



Trousseau



Nom de l'enfant :

Prénom :

Nombre	Linge	Départ famille	Arrivée centre	Départ centre	Observations
	LINGE DE CORPS				
8	tee-shirts				
1	chemise ou polo				
8	slips ou culottes				
6	paires de chaussettes				
	VETEMENTS DE JOUR				
2	pantalons				
1 + 2	Polaire ou sweat-shirts				
1	survêtement				
2	shorts				
1	jupe ou robe				
1	k-way et vêtement chaud				
	CHAUSSURES				
1	paire de baskets				
1	paire de tongs (pour la douche)				
1	paire de nus pieds				
	BAIGNADE				
2	maillot de bain				
1	bonnet de bain (si piscine)				
1	drap de bain				
1	crème solaire				
	POUR LA TOILETTE				
2	serviettes de toilette				
1	gant de toilette				
1	trousse de toilette complète (dentifrice, brosse à dents, shampoing, gel douche, peigne...)				
	POUR LA NUIT				
1 + 1	sac de couchage + 1 oreiller				
2	pyjamas ou chemises de nuit				
	DIVERS				
1	chapeau ou casquette				
	mouchoirs tissus ou kleenex				
1	sac à dos OBLIGATOIRE				
1	Paire de lunettes de soleil avec cordon				
1	Gourde				

Liste donnée à titre indicatif: l'adapter à la durée du séjour de l'enfant.

Nous vous conseillons de marquer le linge avec des bandes tissées et cousues.

Evitez aussi les habits de marque ou les objets de valeur.

Ne pas oublier l'attestation de natation !

<u>SEJOUR</u> :	<u>NOM PRENOM DU JEUNE</u> : <u>AGE</u> :
A REMPLIR PAR LA FAMILLE	A REMPLIR PAR LE MAITRE NAGEUR
<p style="text-align: center;">AUTORISATION PARENTALE</p> <p>Je soussigné(e) M. ou Mme</p> <p>Responsable de l'enfant.....</p> <p>L'autorise à participer à toutes les activités du séjour.</p> <p>Fait le à</p> <p>Signature</p>	<p style="text-align: center;">ATTESTATION DE REUSSITE AU TEST D'AISSANCE AQUATIQUE</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>Je soussigné(e)</p> <p>Titulaire du diplôme : Date de délivrance du diplôme :</p> <p>Certifie que l'enfant Né(e) le.....</p> <p>A passé avec succès les épreuves demandées</p> <p>Fait à le..... Cachet et signature</p>