

# A Cheval pour un Bivouac !

14/17  
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 16 au 29 juillet

Du 02 au 15 août

Ref :074084001

## Bivouac à Tréphy

### A Cheval pour un bivouac !

Qui n'a jamais rêvé de partir à l'aventure avec son cheval, camper autour d'un feu de bois et faire de grandes randonnées équestres ? Ce nouveau séjour est parfait pour les passionnés d'équitation et d'évasion !

Bienvenue à la ferme équestre de Tréphy, au cœur de la Corrèze. Les jeunes seront hébergés en camping sur le site, permettant ainsi une réelle immersion.

Durant la première partie du séjour, les jeunes commencent leur aventure par des séances d'approche des chevaux, et 1h30 de pratique chaque jour.

Après avoir fait connaissance avec nos amis équins, départ pour 3 jours de bivouac à travers le parc régional de Millevaches, afin de découvrir des paysages à couper le souffle.

Pour finir, on profite de la ferme pour faire des activités au choix, et dire au revoir à nos compagnons de route.



## TRANSPORT

Des préacheminements pour rejoindre le lieu de rassemblement s'effectuent en car, en train ou en véhicule UFOVAL depuis votre ville de départ jusqu'à la gare de Tulle.

## SITE



Au cœur de la vallée de Tréphy !

Ce petit hameau, niché en bordure du massif des Monédières, non loin de vestiges médiévaux, Gallo-romains ou Celtiques, témoigne d'une fréquentation très ancienne.

De ce qui devait constituer un véritable village (comme le prouve la présence d'un four à pain et d'un moulin à eau sur la propriété), subsistent la maison principale, les bâtiments annexes aménagés en chambres d'hôtes, l'ancien fournil transformé en gîte et deux granges remarquables.

Depuis maintenant 25 ans, avec le soutien de son entourage, Patrice s'attache à sauvegarder et restaurer ces bâtiments aux murs de granite à l'agencement exceptionnel, réelle démonstration du savoir-faire traditionnel régional.

### ► L'hébergement

L'hébergement se fait en camping et bivouac, dans des tentes non mixtes et à proximité de l'équipe d'encadrement.

### ► Le transport

Les déplacements se feront à pied et avec nos chevaux.

## ◆ Jour 1:

Arrivée dans l'après-midi.  
Accueil, puis montage du camp en autonomie.

1ère nuitée en camping à la ferme équestre.  
Camping en aire naturelle avec espace douche,  
WC et coin cuisine équipé à proximité  
(réfrigérateur, four à micro-ondes, gazinière). Feu  
de camp possible (selon la législation en vigueur).



## ◆ Jours 2, 3, 4, 5 et 6:

Activités équestres les matins.

Jour 2 : activité d'1/2 journée en 1 groupe 9h-12h :  
séance d'introduction à notre approche éthologique  
basée sur l'observation d'un troupeau au pré, échanges  
interactifs avec les jeunes, « questions / réponses » : Qui  
sont les chevaux ? Comment vivent-ils ? Comment se  
comportent-ils ? Comment communiquent-ils entre eux  
?... A partir de là, comment interagissons-nous avec eux  
en les respectant pour une activité en meilleure entente  
? Premiers contacts avec les chevaux.

Jours 3, 4, 5, 6 : activité d'1h30 en 2 groupes successifs (7-  
8 jeunes + 1-2 adultes) 9h-10h30/10h40-12h10 :

Séances d'initiation progressive à l'équitation western et  
éthologique axées sur la bonne entente avec les

chevaux, la sécurité, la responsabilisation et le gain d'autonomie dans les interactions à  
pieds puis à cheval, et bien entendu l'apprentissage technique pour partir en randonnée  
en groupe en sécurité.

Déroulement estimé :

J3 : Rappel des apprentissages de la veille, formation des couples cavalier-cheval,  
apprendre à préparer et équiper son cheval avec une selle western, se déplacer à pied  
avec son cheval en sécurité et en bonne entente, premiers apprentissages techniques  
montés dans la carrière, les soins après le travail.

J4 : Révisions, poursuite des apprentissages dans la carrière en particulier diriger son  
cheval.

J5 : Révisions, promenade.

J6 : Révisions, promenade.



◆ Jours 7, 8 et 9:

3 journées de randonnée équestre en itinérance.

2 possibilités d'organisation :

- 1) Jours 7, 8, 9 : rotations matin et midi, 1 groupe par demi-journée.
- 2) Jour 7 : rotation matin et midi, 1 groupe par demi-journée ; Jours 8 et 9 : 1 journée entière par group, Randonnée dans le Parc naturel régional de Millevaches permettant de découvrir ses espaces naturels et paysagers, et de relier les lieux d'étape. Picnic du midi pouvant être porté dans les sacoches, ou rendez-vous avec l'intendance et les autres participants pour le picnic.

◆ Jours 10 et 11:

Activités libres.

Nuitées en camping à la ferme équestre.

◆ Jour 12:  
Retour.

## ORGANISATION DU SEJOUR

### ► L'équipe d'encadrement :

1 adulte pour 8 jeunes en moyenne. Pour un groupe de 20 jeunes, 3 adultes encadrent le séjour, dont un directeur et une assistance sanitaire.

### ► L'alimentation :

Les repas, 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... 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.

### ► 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 donc le coucher se fera vers 22h/22h30, 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 :

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. 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**, 30 à 40 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 !**

*Pour retrouver toutes les informations relatives au COVID-19, vous pouvez consulter le Protocole Sanitaire relatif aux Accueils Collectifs de Mineurs sur notre site internet : <http://www.fol74.org/infos-pratiques>*

### ► Objets de valeur :

Les objets de valeur tels que le téléphone portable, 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...).

### ► 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.

## DOCUMENTS ET INFORMATIONS INDISPENSABLES



- 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.
- La fiche trousseau.
- Tout autre document que vous jugerez utile de remettre à l'équipe de direction du séjour

# 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.	Conseillé	Dans la valise	Sur soi	Inventaire de l'animateur	
				ARRIVEE	DEPART
VALISE ou SAC DE VOYAGE	1				
CHAPEAU, CASQUETTE ou BOB	1				
TEE –SHIRT, POLO	6				
PULL ou SWEET chaud	2				
COUPE VENT / IMPERMEABLE	1				
SHORT, BERMUDA ou PANTACOURT	2				
PANTALON	2				
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 MARCHÉ	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					
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 la valise, 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...